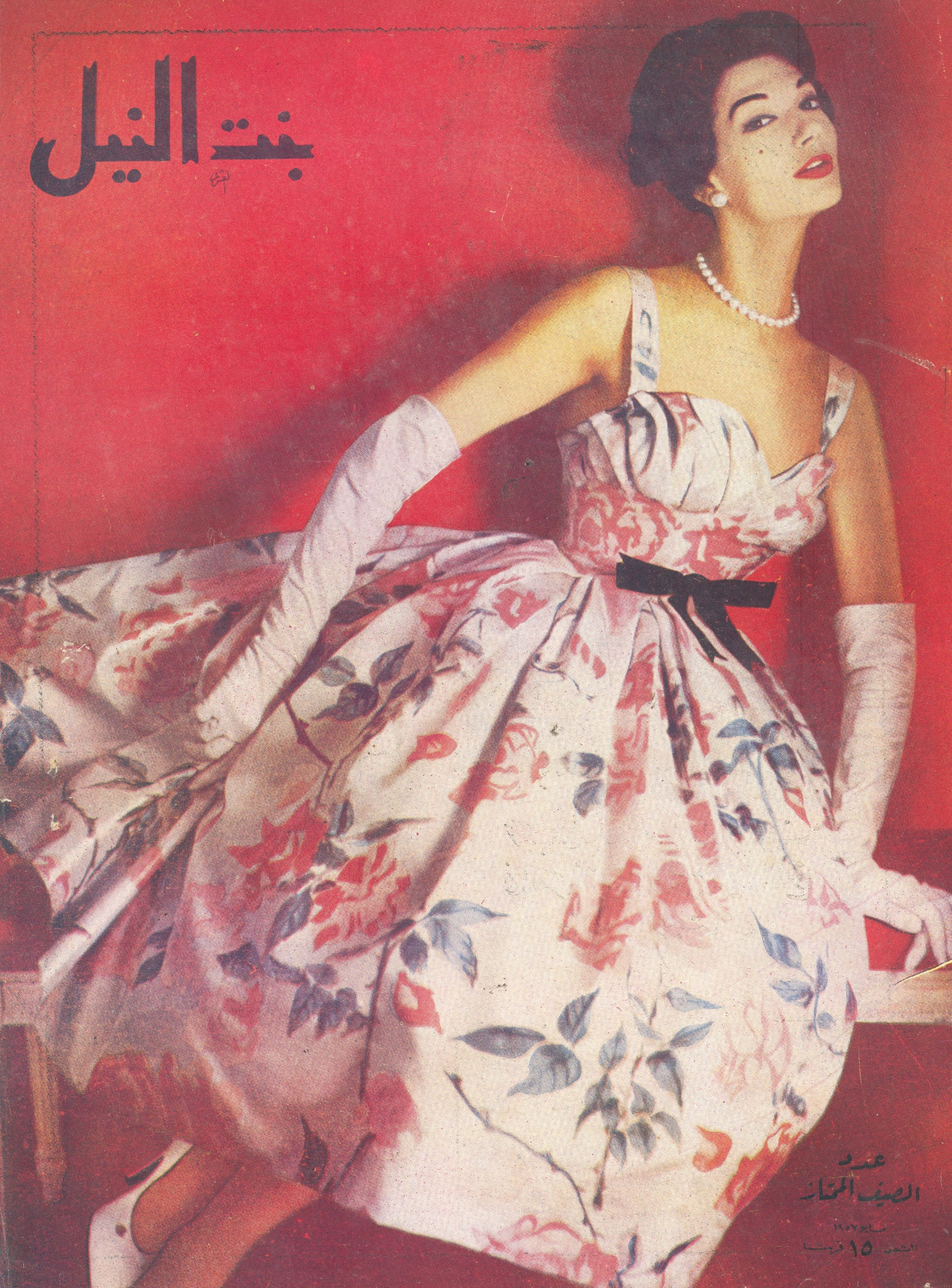


بخت النيل



عدد
الصيف الممتاز

سنة ١٩٥٧
العدد ١٥ قرشاً

الشركة المصرية لمواسير والاعمار
والصنوعات من الاسمنت المسلح

سجوارت

١٥ شارع شريف باشا بالقاهرة ت ٥١٦٣٠
٥٥٨٦٧



تركيب مواسير لتوصيل ماء الشرب
في القرى لتحسين مستوى حياة الفلاح
وتقدمه الاجتماعي

منتجات من الاسمنت المسلح وغير
المسلح .. مواسير - اعمدة ... الخ.

الاسبستوس الاسمنت

سجوارت

سجوارت

سجوارت

سجوارت

الاستعمار الشيوعي



من أساليب الدعاية التي تموه بها الشيوعية أنه لاخطر إطلاقاً من تغلغل نفوذها في الشرق العربي لأنها ليست لها غايات استعمارية ولا أهداف استغلالية فيه .
ولعل أبلغ دليل للرد على ذلك هو الحوادث الفظيعة والوسائل التي اتبعتها الشيوعية أخيراً في المجر فقد ظل أمر هذه الحوادث وتفاصيلها بعيداً عن قراء العربية حتى نشرت في كتاب صدر أخيراً باللغة العربية .

ونشر هذه الحوادث والفظائع الشيوعية في المجر عمل جليل يجب أن يرحب به كل وطني مخلص في الشرق العربي لأنه أبلغ دليل على أن الشيوعية الدولية تمثل خطراً استعمارياً أبلغ من أي خطر .

وهذا النشر التفصيلي يجب أن نرحب به جميعاً لأنه أبلغ رد على دعاوى الشيوعية الدولية التي تنادى بأنها تعمل للسلام وتقاوم الاستعمار وأبلغ رد على بعض الذين يرون الاخطار هناك على الشرق العربي من تغلغل نفوذها فيه .

ذلك أن كل هذه الدعاوى ماهي الا مظاهر خداعة تنسى بعد أن يتم للسيوعية السيطرة ثم تسام الشعوب بعد ذلك من ألوان العذاب والاضطهاد الشيء الكثير .
وهل الشرق العربي أعز على الشيوعية من المجر حتى تدلله وتربت على كتفه يوم أن توطئ أقدامها فيه ؟

الجواب طبعاً لا . لان المجر وهي بلد شيوعي طالب بقسط من الحريات فنال جزاء ذلك مانال واستعملت معه أشد وسائل العنف واهله شيوعيون من طبقة العمال الذين تدعى الشيوعية انها قامت لحمايتهم وتأمين حياتهم .

حدث كل هذا لمجرد انهم طالبوا بقسط ضئيل من الحريات .
فكيف يكون الحال عندما يتم للسيوعية السيطرة على الشرق العربي ؟
المقطوع به أننا سنعامل معاملة أسوأ بكثير من معاملة الروس للمجريين أو البولنديين أو غيرهم من الشعوب التي في حوزتها وهي شعوب أقرب اليها منا .
اننا نبغض الاستعمار من أي لون ومن أي نوع يكون ونتمسك باستقلالنا وحريتنا ولكن حذار من أن نفتح للشيوعية في شرقنا العربي الابواب لتنفذ منها ، فانها تريد استعمارها وعندئذ لايجدى الندم ولا نعرف الطريق الى الخلاص .

دريه حنوني

رئيسة التحرير

بنيت النيل السياسية

اعرف في الدنيا...

الولايات المتحدة عقدت معاهدات دفاعية مع ٤٢ دولة .

وأكد دالاس أنه لا يوجد هناك حياد بمعناه الحقيقي .
وختم خطابه بقوله :

اننا نعتبر متهاونين اذا قدرنا أن كارثة الحرب بعيدة فالتاريخ يدل على أن هذا النزاع قد يؤدي في النهاية الى نشوب الحرب .

٣ - وكانت المفاوضات بين مصر وسفير أمريكا مستمرة بخصوص الملاحه في القناة وقد قدمت مصر أخيرا مذكرة في هذا الشأن تضمنت أن مصر ستدير القناة وانها تؤكد احترامها لاتفاقية ٨٨ الخاصة بحرية الملاحة وان الخلافات الخاصة بمخالفات المرور تقبل مصر فيها تحكيم الامم المتحدة وأن مصر تقبل مستشارين من الامم المتحدة .

٤ - تحتل مشكلة الاردن اهمتاما كبيرا وآخر ماجاءت به الاخبار عن هذه المشكلة أن السيد ابراهيم هاشم ألفوزارة جديدة في الاردن وأن الوزارة الجديدة أعلنت الاحكام العرفية وقسرت حظر التجول وصدر بلاغ رسمي بحل جميع الاحزاب هناك .

أخرى أن مصر تستطيع أن تعتمد عليها في مناصرتها في تأكيد حقها في السيادة على القناة .

٢ - وألقى دالاس خطابا في الاسبوع الاخير من الشهر الماضي قال فيه :

ان حكومته تحاول أن تهيب طروفا أفضل في منطقة الشرق الاوسط عن تلك الظروف الاستفزازية الخطيرة التي كانت سببا في العدوان الاخير على مصر .

وأعلن تمسكه بالاحلاف والكتل الدفاعية وقال ان

كان الشهر الماضي شهر ابريل شهرا حافلا بالاخبار الهامة أيضا وكان الصراع فيه بين الشرق والغرب بارزا في مختلف النواحي خصوصا فيما يتعلق بالشرق الاوسط ويتجلى ذلك في تصريحات المسئولين في الكتلتين ونوجز لك الموقف العالمي فيما يأتي :

١ - أعلنت روسيا في أكثر من مناسبة في هذا الشهر أنها ستكون الى جوار دول الشرق العربي في التخلص من الاستعمار .
كما أعلنت في مناسبة



الزوجة لزوجها : لازم اشتم النسيم في العيد !
الزوج : وانا ارجعلك يوم شم النسيم منين ؟

المرأة في العالم

ان التطورات السياسية والاحداث العالمية الاخيرة ، تكاد تلقى بالعالم في أتون حرب مدمرة ، تستعمل فيها الاسلحة الذرية والقذابل الهيدروجينية ومعنى ذلك فناء العلم واصابة الجنس البشرى بضربة قاصمة تعيده آلاف السنين الى الوراء . . فاصبح من واجبتنا اذن . العمل على تلافى هذه الحرب وتجنب الانسانية مآسيها وويلاتها .

والمرأة في كل مجتمع ، عامل فعال . له أثره في بناء الامم ، وهي بما جبلت عليه من بعدن القسوة ، وحب للامن والسلام تكره الحرب . . ولذا نجد انها تجاهد ماوسعها الجهد لان تنفي فكرة البغضاء ، وتقرب ما بين الشعوب لتسوية ماقد ينشأ بينها من خلافات . . انها تستطيع ان تفعل ذلك عالميا من مكانة وقداية نفوس انائها . . فتؤثر على الرجل ، وتقنع به بضرورة العمل على بناء وطنه ، والنهوض به اقتصاديا وعلميا ليجاري ركب الامم المتقدمة .

وهي اذ تصل الى هذه الاهداف السامية ، فانها تساهم في نشء السلام والاخاء بين هذه البلاد . . وهذا الدور الزم اذته بدماء منذ آلاف السنين ، فكان لها نصيب وافر في الحياة هذه الحرة همة وبوجهات النظر بين ساسة الدول .

ودور المرأة في هذا الحال ذو أهمية : وجد انصار . . ومخاض اجتماعي ، فانه هناك الانسان يحتل مكانة تحافظ على رطب ايامه الاسرة الواحدة بخط من التعاطف والتعاون ، فلا تكاد ولا تمار ولا تتم . . بدور الله قضاء الحرب على الابن او الابن او الابن . . وما يتم ذلك من تشدد وتغلب اما دورها الاجتماعي فجعلها تساهم في المحافظة على الجنس البشرى عامة من افناء واهلاك . . فلا مكان للاستعمار وفكر السيطرة على الشعوب المستضعفة .

بنيت النساء

أخبار مصر

تأجلت زيارة الملك سعود للاردن التي كان محددًا لها يوم ٦ مايو الحالي

عقد مجلس الوزراء السوري اجتماعات هامة في الاسبوع المنصرم وحضر هذه الاجتماعات اللواء توفيق نظام الدين القائد العام للقوات السورية ومعاونو الاركان .

وصرح السيد صبرى العسلى رئيس الوزراء أن المجلس بحث الشؤون العربية .

في خلال الشهر الماضى قتل كمال صلاح الدين رئيس عضو مصر في مجلس الامم المتحدة للصومال والمقطوع به حتى الان أن لهذا القتل اسباب استعمارية

وقد سافرت أرملته الى مقديشيو لنقل امتعتها وتوديع العائلات الصومالية هناك .

في نيبا لوكالة رويتر أن المصادر الموثوق بها في نيودلهي صرحت بأن شيرى نهرو سيقابل رئيس الجمهورية المصرية في مصر وهو في طريقه الى لندن لحضور مؤتمر دول الكومنولث في منتصف شهر يونيو المقبل

حذر راديو موسكو من أن الموقف في الشرق الاوسط متوتر للغاية وأنه ينطوى على اخطر الاحاد عمليات عسكرية جديدة .

وقال : ان الدول الغربية تحاول منع الحركة الوطنية في الاردن وجرحها الى حلف بغداد

زلزالان خطيران وقعوا في الجمهورية المصرية في ليلة ٢٥ من الشهر الماضى ، أحدهما وقع في الساعة التاسعة و١٤ دقيقة واستمر دقيقة وبضع ثوان ٠٠ والثاني وقع في الساعة الرابعة والدقيقة ٢٩ من صباح ٢٦ منه واستمر ٧٠ ثانية

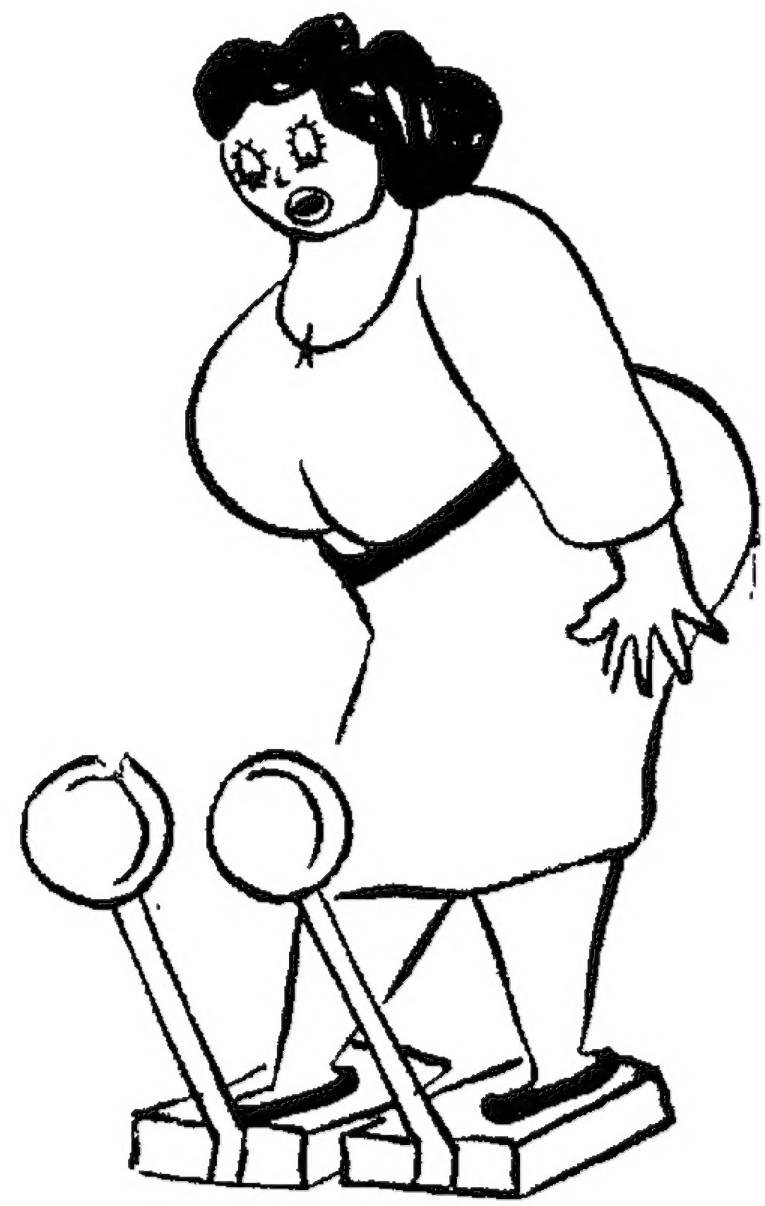
ولم تحدث والحمد لله اضرار من هذين الزلزالين ، وان كانا قد احداثا فزعًا ورعبًا في الناس

تم اغلاق الحدود بين سوريا والاردن ، واذاع راديو دمشق أن جيش العراق يتحفز لدخول الاردن .

وكان قد نشر في الاسبوع الماضى ان جيش العراق قددخل الاردن الا ان الحكومة العراقية قد سارعت الى تكذيب هذا الخبر

مرت باخرة امريكية في القناة ودفعه تالرسوم مصر ، وفي النصف الثاني من الشهر الماضى مرت باخرة انجليزية في القناة ودفعت الرسوم .

قال الملك حسين في بيانه الذى اذاعه على شعبه ان النابلسي رئيس الوزراء الاسبق لم يكن له اى فضل في الفاء المعاهدة الاردنية البريطانية .



ميزان جديد مبتكر

شركة الغزل الأهلية المصرية
شركة لمصرية لصناعات المنسوجات

مصانع غزل ونسيج
بفيط الغب - دكرموز - ومحرم بك
بالمسندرية

تليفونات بذت النيل ٤٩٦٦٨ - ٤٠٦٨٤

للتسوية
في أدلة كل شهر
مجلة
بنيت النيل
تحفة الصحافة

المرأة في الحياة الاجتماعية



الملكة دينا .. ستعود للأردن

الملكة دينا

ادارتها هن : بهيجة رشيد وماتيلدا جريس والكسندرا فرح . وستقيم هذه الجمعية حفلة موسيقية في منتصف مايو في قاعة انليسيه لعرض نشاطها ، وتغني في هذه الحفلة جنان رطل ، وكارمن زكى ، كما يقدم فصل من رواية جونو « ميراي » .

مؤتمر الأمهات

ستعقد اللجنة الدولية الدائمة للأمهات مؤتمرا دوليا يوم ٢٧ يونيو المقبل في مدينة لوزان بسويسرا ، ومن المنتظر أن تسافر مندوبة عن مصر لحضور هذا المؤتمر .

٨١٤ عارضة

بلغ عدد العارضات في أقسام بيعى واشترى وست البيت والانتاج الفردى في جمعية التحرير الاقتصادي للسيدات في معرضها بالمركز الرئيسى فى القصر العيني وفي فروعها بالجمالية ، وتبرا والوايلي ٨١٤ عارضة يكسبن من بيع معروضاتهن ويساهمن بذلك فى اعالة أسرهن .

قررت الملكة دينا عدم السماح لمندوبى الصحف ومصورىها بمقابلتها ، سواء كانت المقابلة فى دار والدها بالمعادي ، أو فى اجتماع عام تحضره ، بعد ما تواتر من اشاعات عن موضوع طلاقها من جلالة الملك حسين .

وبنت النيل تؤكد أنه لا صحة مطلقا لهذه الاشاعات وأن الملكة دينا ستعود لعمان فى يونيو المقبل .

فى الفنادق

ستعمل الفتيات المصريات لأول مرة فى خدمة وإدارة الفنادق ، شكلت لجنة مشتركة من وزارتي التربية والتعليم والارشاد القومى ، لبحث مشروع انشاء فصول للفتيات بمعهدى الخدمة الاجتماعية والتدبير المنزلى لدراسة فن ادارة وخدمة الفنادق ، بعد أن لاحظت وزارة الارشاد أن هذه المهنة قاصرة تقريبا على الاجنبيات .

هاويات الموسيقى

تضم جمعية هواة الموسيقى المصرية ثلاث سيدات من بين أعضاء مجلس

والزام المسدعية بعشرة جنيهات وأتعاب المحاماة .

ملائكة الرحمة

تحتفل جمعية المرأة الجديدة فى الاسبوع المقبل بتخريج أول دفعة من الحكيمات فى مدرسة الممرضات والمربيات التابعة للجمعية ، وسيلقى الدكتور نور الدين طراف ، وزير الصحة ، كلمة فى الحفل .

قضية ناريمان

أصدرت دائرة الأحوال الشخصية فى محكمة الاسكندرية برئاسة الدكتور أحمد ابراهيم حكمها فى القضية المقامة من السيدة ناريمان صادق ضد زوجها الدكتور أدهم النقيب تطالب فيها بالزامة بأن يدفع لها النفقة المحكوم لها بها من محكمة بيروت الشرعية ، وهو يقضى برفض الدعوى



نادية حنّانة



اليس عزوز



وفاء سالم



فاتن حمامة



قالت وكالات الأنباء أن الملكة زين كانت لها يد في أحداث الأردن الأخيرة

عاشت فترة أيضاً في مدرسة داخلية للبنات . . . وتنتقد نادى الحرية الزائدة التي تعيش فيها البنات الأمريكيات وتقول أن هذه الحرية مفسدة لمن لا يحسن الانتفاع بها ، والعبرة بمعدن الفتاة الأصلية وخلقها الغرزي

معرض الأزياء

وانتهت جمعية هــوارة عصافير الزينة من إقامة معرضها في واجهة حديقة



فوزية محمد



ثراء امام

نادية تعود من أمريكا
عادت نادى حتاتة ، الطالبة بكلية البنات بالزمالك وكريمة اللواء صلاح الدين حتاتة ، عادت من رحلتها في أمريكا استغرقت شهرين ، بدعوة من جريدة الهيرالد تريبيون بالاشتراك مع الحكومة الأمريكية .
وقد نزلت نادى في ضيافة ثلاث أسر أمريكية ، وعاشت مع بنات هذه الأسر المقاربات لها في العمر ، ثم

مكونة من السيدات عليّة الفار وبهية بدر الدين وسنية الخولى وصفية بشير فاطمه طایل وعائشة الكرداني وصفية حلمي ونازك عبد الرؤوف وستقوم البعثة ، بناء على طلب وزارة الشؤون الاجتماعية ، ببحث حالات الأسر من المهاجرين قبل نقلهم الى المساكن الجديدة ، وستمكث البعثة هناك أسبوعين لهذا الغرض .

باب جديد للعمل

قررت إحدى الشركات الكبرى الموضوع تحت الحراسة ، فتح مجال العمل للمرأة في جميع الفروع والادارات بعد أن كان عمل المرأة في تلك الشركة مقصوراً على أعمال السكرتارية ، والادارة الداخلية ، وهذا كسب جديد للمرأة العاملة .

تفوق الفنانات

من الظواهر التي تلفت النظر في معرض الربيع الذي أقيم بنادى المعلمين ، ارتفاع نسبة الفنانات المشتركات بلوحاتهن في المعرض ، وعدد كبير منهن من فنانات الاسكندرية .

هيئاتنا والمرضات

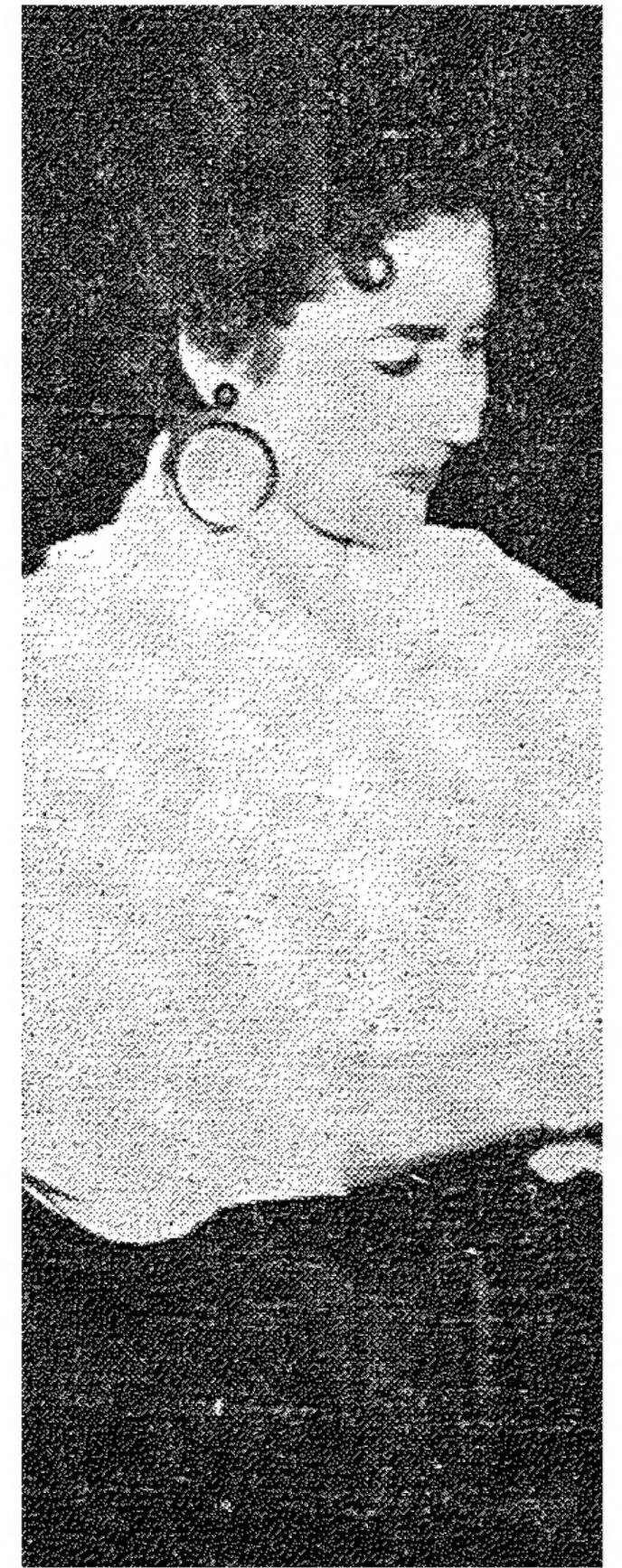
يقترح الدكتور أحمد حلمي شاهين المدير العام لمصلحة انصحة الاجتماعية اسناد أمر اعداد المرضات الى الهيئات النسائية ، لأنها أكثر قدرة على التوجيه والرعاية ، وتمكينهن من الاضطلاع بأعباء هذه المهمة الانسانية ، على أن تشرف الدولة على مؤسساتهن ، وتقوم بتعيين أعضاء هيئات التدريس ، على غرار تجربة مدرسة التمريض التي تديرها جمعية المرأة الجديدة .

اجتماع الاتحاد

دعت السيدة بهيجة رشيد ، الوكيل العام لاتحاد الهيئات النسائية الى اجتماع عقد في دار الاتحاد النسائي المصري ، وحضرته مندوبات عن الهيئات النسائية الاعضاء في هذا الاتحاد ومنها الاتحاد النسائي المصري وجمعية تحسين الصحة وجمعية التحرر الاقتصادي للسيدات وجمعية رعاية المرأة والطفل والجمعية النسائية لخدمة الريف والسيدات المسلمات والجمعية القبطية وصديقات الكتاب المقدس ورابطة الاصلاح الزراعي واتحاد خريجات الكلية الأمريكية للبنات ، وقررن في هذا الاجتماع تأييد المرشحات للانتخابات النيابية من الاعضاء في الاتحاد .

الى بور سعيد

تسافر الى بورسعيد هذا الاسبوع بعثة مؤلفة من سيدات الهلال الأحمر ،



غاوية تربية العصفير



سعاد السرجاني

بعض المقطوعات الساحرة ،
واختتم الحفل الفنان الساخر
فتحي خليل بسبيل من
فكاهاته التي أضحكت الجميع
.. وظلت الاضواء تتلألأ
في منزل أليس حتى الفجر

وليمة افطار .. وسينما !
وتحدث مجتمع المنيل في
أوائل الشهر الماضي عن وليمة
الافطار التي أقامتها الآنسة
عصمت الجمل في منزلها ،
بمناسبة عيد ميلادها .
وكانت عصمت تقدم بنفسها
الطعام للضيوف وقد لاحظ
البعض انها تحابي صديقتها
بهيرة زميلتها في كلية الآداب

ميدالية في التنس ..
واحتفلت أسرة الآنسة
ثراء امام فهمي الطالبة
بمدرسة السكرير لنيها
ميدالية في التنس .. وثراء
فتاة رياضية نالت قبل ذلك
عدة مداليات في التنس
والفول .. انها تتمنى أن
تصبح بطة مصر في التنس
وتمثل بلادها في الخارج في
الدورة الاولمبية .

عيد ميلاد صغير !!
واحتفلت السيدة فوزية
محمد بمنزلها بالعجوزة بعيد
الميلاد الثاني لنجلها الصغير
وقد أقامت الاحتفال بمنزلها
بالعجوزة . وفوزية سميت
بنت ممتازة ،

المرأة في الحياة الاجتماعية

المستشفى ، فاحتفلت بها
الهيئات النسائية . وأقامت
مأدبة عشاء تكريما لها .
سهرة في الفيشاوي
وشوهدت في خلال الشهر
الماضي الآنسة عنايات عفيفي
برفقه عريسها الاستاذ فؤاد
شكري تقضى سهرة في قهوة
الفيشاوي بالحسين ..

عيد ميلاد رقم ١٩
واحتفلت الآنسة أليس
عزوز ، الموظفة بمحلات عمر
أفندي بعيد ميلادها التاسع
عشر . . . ودعت أليس الى
الحفل كل جيرانها من سكان
مصر القديمة ، كما دعت
عددا كبيرا من زميلاتهن في
العمل .. وقد غنى في الحفل
صوت جديد اسم صاحبه
«عصمت فريد» . كما قدمت
فرقة محمود طه الموسيقية



جنان كامل وليلى فارس

حفل تكريم
وفي الجيزة تتزعم السيدة
سعاد السرجاني قائدة فتيات
الحرس الوطني جميع الحملات
النسائية التي تطوف
بالسريف المصري لشرح
القضية العربية للقرويات ،
.. وقد أجهدت نفسها حتى
أصيبت بارهاق شديد أدى
بها الى دخول مستشفى «أم
المصريين» . وفي الاسبوع
الماضي شفيت وخرجت من

الازبكية المطلة على ميدان
الاوربا . وقد أفنى سكرتير
الجمعية الاستاذ زاهر شفيق
خلاصة فنه وتجاربته في
اعداد هذا المعرض اعسادا
ملفقا للنظر ، بحيث جاء
المعرض كله كمجموعة
تابلوهات ملونة رائعة ..
والفكرة يشجعها ويؤيدها
قائد الجناح البغدادي ،
وتعتمد عليها مصلحة
السياحة كوسيلة ناجحة
للدعاية لمصر .

ليل وجينان

وانتهى البرنامج الذي
كانت تدرسه جينان كامل
كريمة أحمد (باشا) كامل
وليلي فارس اللبنانية ، في
الامم المتحدة ، وهو برنامج
ثقافي كامل يهدف الى نشر
رسالة الامم المتحدة في
العالم ، وذلك بأن تمر
مندوبات البلاد المختلفة
بجميع أعمال السكرتارية في
النظمة الدولية بما فيها
أعمال فتيات الاستقبال
« الدليلات » اللواتي يتولين
الطواف بمكاتب وأقسام
المنظمة مع الزائرين الذين
يقدون عليها .

وقد عادت جينان الى
القاهرة ، وذهبت ليلي الى
بيروت ، وتنوي جينان
الإستغفال بالصحافة .



رقصة رومانية في مهرجان المرشدات العربيات

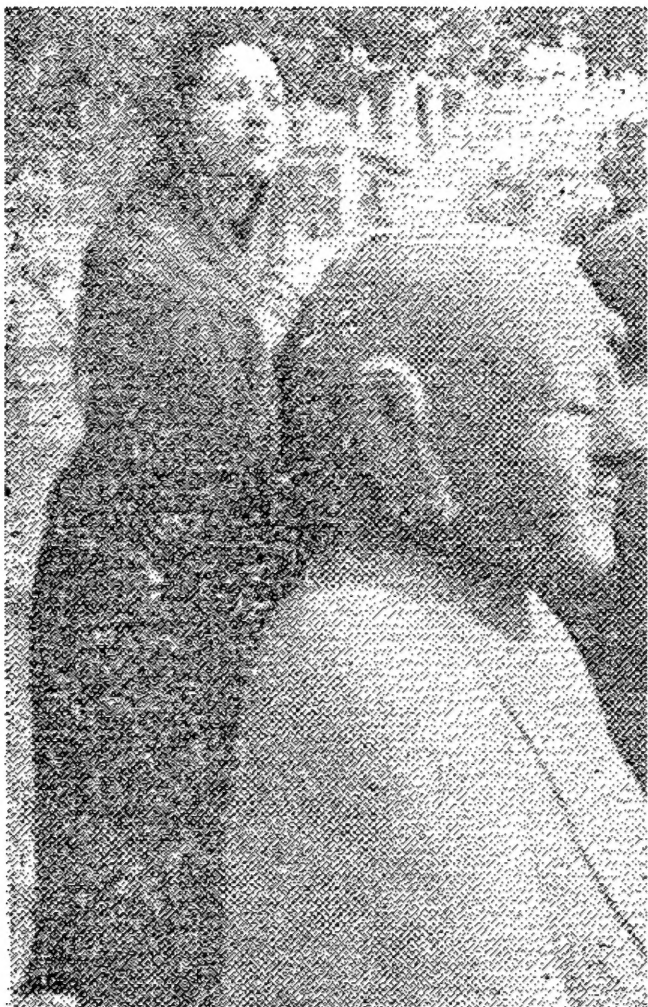
نساء من الشرق



بائعة نهضة اندونيسيا



دوروثي طوسون



مرشدة عربية

المتحدة وكندا وهاواي
وبلجيكا وجميع أنحاء العالم
الذي يتكلم اللغة الانجليزية
* * *

جولة دوروثي

وتتجول الان دوروثي
طومسون أكتاتبة الأمريكية
المعروفة ، ورئيسة جماعة
أصدقاء الشرق الاوسط في
أمريكا ، في أنحاء بلاد
الشرق الاوسط في جولة
استطلاعية ، وستجىء الى
مصر لتزور بور سعيد ،
وتشاهد آثار العدوان
الاستعماري عليها ، حتى
تقدم تقريرا بمشاهداتها
للحكومة الأمريكية والأمم
المتحدة بعد عودتها .

* * *

المرشدات العربيات

أقامت المرشدات العربيات
في مصر مهرجانا كبيرا لجمع
هدايا وتبرعات لاهدائها
للمنكوبين في بور سعيد
وقدمن فيه عرضا راقصا
كبيرا للرقصات الوطنية في
مختلف بلاد العالم .

* * *

سيدات الأردن

واجتمعت سيدات الاردن
في الاتحاد الذي يضمهن في
عمان « اتحاد المرأة العربية »
.. برئاسة الأنسة اميلي
بشارت رئيسة الاتحاد ،
وبحضور مجلس الادارة
المؤلف من السيدات اسعاف
شقيير ونهيل فاخوري ولعة
الرزاز وعزة السعيد وفريدة
غنى واميلي نفاع ، وأصدرن
قرارا باستنكار أى تدخل
أجنبي استعماري في شئون
الأردن الداخلية والخارجية
وأنهن سيكن الى جانب
الرجال صفا واحدا عندما
يدعو الواجب الوطني للكفاح
والجهاد .

عيد الفطر المبارك

يوافق هذا العدد قدوم عيد
الفطر المبارك .. «وبنت النيل»
تنهز هذه الفرصة الكريمة
تنهز قرائتها والشعوب العربية
بهذا العيد ، داعية أن يعيده
عليهم جميعا باليمن والاقبال .

ذكرى كارتيني

أقامت السيدة قرينة
سفير أندونيسيا بمصر ،
حفلة نسائية خاصة ، بدار
السفارة احتفالا بالذكرى
السنوية لمولد باعثة
النهضة النسائية
الأندونيسية « السيدة
كارتيني » وتضمن الاحتفال
كلمة من الداعية للحفلة ،
وعرض لبعض الرقصات
الوطنية الاندونيسية .

للمكفوفين

تشولى تسع سيدات
متطوعات في الهند طبع
مجلة شهرية يقرأها
المكفوفون في الولايات

الاميرة زكية

الاميرة زكية .. كريمة
باى تونس .. شخصية
اجتماعية مرموقة في بلدها
فهي تتزعم الحركات النسائية
في سبيل تقـدم المرأة
العربية وثبـل حقوقها
وقد كافحت من قبل وكان
لها نصيب موفور في سبيل
حرية بلدها حتى نال
استقلاله وتحرر من كل قيد
أجنبي .

الاستعداد لموسكو

وتستعد فتيات الجامعات
والمعاهد العليا للسفر
لموسكو ، والمؤسف أن
استعدادهن كله قاصر على
اعداد رقصات ، وكأنما
المهرجان مهرجان رقص ولا
شئ غير الرقص ، مع اننا
لم نسمع حتى الآن أن في
نية تحية كاريوكا أو سامية
جمال السفر ! .. نرجو
من فتياتنا والمشرفات عليهن
معاودة النظر في استعدادهن
« على هذه الطريقة » حفظا
لتقاليدنا وعاداتنا .



الاميرة زكية مع بعض سيدات الحزب النسائي



مدينة لوس انجلوس كما تبدو في هذه الصورة الملتقطة من الجو

بنّت النيل تطير بقرائنها الحى هوليوود بلد الجمال والأحلام

فاسمه « هانس فوكت » ،
وقد عاد الى ألمانيا من أمريكا
لكى يعمل فى أحد المصانع
التي نقلت الى ألمانيا أبان
الحرب العالمية الأخيرة .
ويقوم اليوم بصنع
البوبينات اللازمة لأجهزة
الراديو ، ويقدم نصف
ما تحتاجه الصناعة الألمانية
منها . والآخر هو :

عام ١٩٢٧ حتى الآن بمليارى
دولار . وقد بذل المخترعون
جهودهم قبل ثلاثين عاما
تقريبا فى مختلف أنحاء
المعمورة لاختراع الفيلم
الناطق .
وقصة الفيلم الناطق كان
أبطالها ثلاثة أشخاص فى
ألمانيا ، بذلوا جهودهم فى
هذا السبيل . أما أحدهم

بعض أوقات الفراغ . وفى
العالم حوالى ١٥٠.٠٠٠ دار
للسينما ، تحتوى على ٧٠
مليون مقعد لجمهور
المتفرجين . ويقدر عدد
الأفلام السينمائية التي
تنتج فى العام الواحد بألفى
فيلم . ويقدر أهل الخبرة
الأرباح التي جنتها هوليوود
من وراء الأفلام منذ ظهورها

ان « بنت النيل » تخرج
بقارئاتها ابتداء من هذا
العدد الممتاز كل شهر فى
رحلة فى قطر من أقطار
العالم ، ونبدأ اليوم برحلة
الى هوليوود ، مدينة السينما
والاحلام .
والسينما اليوم للناس
بمنزلة القوت ، ولم تعد
تسلية وممتعة لمجرد شغل



هكذا يصورون مشهداً في شارع كبير عامر بالحركة
والشارع عبارة عن (ديكور) في داخل الاستوديو ..

أول جملة ناطقة مسجلة في
يونيو عام ١٩٢٠ في معمله
ببرلين . ثم أخذ في اخراج
أفلام قصيرة ، ومع ذلك لم
يتقدم أحد من رجال المال
لتمويله ، إلى الوجه اللازم ،
وبعد انفاق ٦٠.٠٠٠ مارك
على الاختراع أمكن ادخال
تحسينات عليه ، فأضيفت
إليه أجهزة جديدة لتقوية
الصوت ، وحصل انقلاب
فجائي بقدم محام ثرى
من سويسرا فمول المشروع
بما كان يمتلك من العملة
الأجنبية التي كان لها
قيمتها وقتئذ في ألمانيا ،
بسبب ما كان فيها من
تدهور اقتصادي نتيجة
التضخم المالي . ولأول مرة
في العالم أخرجت أفلام
ناطقة كاملة وبدء بقصة
« المزارع الساحر » لموزار ،
و « يوم في العزبة » وهي
قصة اجتماعية ، وعرضاً في
برلين ، ثم أخذاً طريقهما إلى
المدن الكبرى والأرياف ..

« الدكتور يوسف أنكل » ،
وقد سافر إلى أمريكا عام
١٩٢٦ لكي يشتغل في
شركة فوكس السينمائية
هناك ، وتوفي عام ١٩٤٣ في
هوليوود . أما الثالث فهو :
« يوسف موسوله » وهو
يعيش اليوم منكود الحظ
كمخترع فقير في ضواحي
برلين ، وقد بلغ السادسة
والستين من عمره ، وقد
تواترت عليه المصائب ، فلما
دخلت القوات الروسية
ألمانيا وبرلين استولت على
ما في منزله من أثاث
ولم يبق له من حطام الدنيا
سوى بيته المتداعي الذي
يقطنه وورشة صناعية
خاصة به فيها مخرطة يملكها
.. وقد أعرض الآن عن
التفكير في الاختراع
للسينما ، وقنع بالاشتغال
باختراع أنواع جديدة من
المحركات ، إلا أنه بالرغم
من أنه منح لقب دكتور
فخري لأبنايه البيضاء على
صناعة الأفلام ، كما منح
ميدالية تذكارية من قبل
جمعية الفن السينمائي فإنه
لا يجد من يقدم إليه المال
الكافي لأخراج اختراعاته إلى
عالم الوجود والاستفادة
منها ..

وقد كان « موسوله »
عصامياً ، قام على تثقيف
نفسه بنفسه إلى أن أصبح
مهندساً ، وقام في عام
١٩١٨ مع « فوكس » بأجراء
الابحاث والتجارب لتحويل
الأصوات إلى تذبذبات
كهربائية وتسجيلها على
الأفلام ، واهتمت الشركة
التي كان يعمل لديها بأبحاثه
إلا أنها لم تظهر الاهتمام
اللازم بالتمويل وجنى
الأرباح فيما بعد ، ثم
تخلت عن خدمته ، فخرج
منها واتصل بالدكتور أنكل
الذي أخذ يموله عدة سنين
حتى أمكنه بعد الجهود
الطويلة النجاح في اخراج



مشهد من المشاهد الخارجة في روايات رعاة البقر

أطفالا ، ومنهم من أنجب طفلا أو أكثر كالبيان التالي :

٤٠ لم ينجبوا أطفالا
٦٧ لهم طفل واحد
٢٢ لهم طفلان
٢٠ لهم ٣ أطفال
٥ لهم ٤ أطفال
١ له ٦ أطفال
١ له ٨ أطفال

وبين المخرجين ٦٠ مخرجا متزوجون ، وقد سبق لبعضهم أن تزوج مرة أو أكثر كما ترى في هذا الإحصاء :

٣٣ تزوجوا مرة واحدة
١٢ تزوجوا مرتين
١ تزوج ثلاث مرات
٣ تزوجوا ٤ مرات
١٣ لا يذكرهم كم مرة تزوجوا

ومستوى الثقافة بين المشتغلين والمشتغلين بالسينما في هولندي مرتفع جدا كالبيان التالي :

من ١٢١ منتجا ٦٩ تخرجوا في الجامعات
من ٢٥١ ممثلا وممثلة :
١٢٤ تخرجوا في الجامعات
من ٦٦ مخرجا : ٣٥
تخرجوا في الجامعات
من ١٣٣ مؤلف سناريو
١٠٧ تخرجوا في الجامعات
من ١٧ مصورا : ٧
تخرجوا في الجامعات

من ٧٩ مساعد مخرج :
٤٤ تخرجوا في الجامعات
ومدينة انسينما مشغولة اليوم بقصة جديدة ، قصة هذه القطعة الاثرية الصغيرة التي عثر عليها الممثل فرناندو لاماس في حانوت لبيع الآثار ، فاشترها وحملها معه الى زوجته ارلين دال ، وبعدها عاش الزوجان حياة سعيدة وكانهما في شهر عسل طويل لا ينتهي أبدا في هذه المدينة التي يقصر فيها عمر أطول زواج بعد أيام وأسابيع .

وبدأت هولندي تبحث عن سر هذه التصويذة حتى اكتشفت انه جهاز صغير

وبعد عامين حصلت «شركة أوقا» على الامتياز ، بينما منح الممول السويسري الامتياز أيضا لهولندي مقابل ٢٠٠٠٠٠ فرنك ، وكان الفرد فوكس أول من أخرج الفيلم انطلق هنا .

وما زال «موسونة» مخترع الفيلم انطلق يعيش في وطنه وحيدا فقيرا ، بحيث يضطر الى تأجير بعض غرف بيته ليعيش .

والماكياج يلعب دوره في خداعنا بوجوه النجوم .
والى قارئات بنت النيل هذه الحقائق المذهلة عن أعمار النجوم التي تكذب نظرهن اليهن على الشاشة البيضاء .
نورماشير ٥٣ سنة ،

ايرين دن ٥٢ ، جانيت مكدونالد ٤٩ ، جون كروفورد ٤٨ ، مادلين كارول ٤٨ ، روز النيد راسيل ٤٤ ، جون بنيت ٤٤ لورين باكال ٤٤ ميرل أوبرون ٤٤ ، أوليفيا دي هافيلاند ٤٢ ، جان ويمن ٤٣ ، لوريتا يونج ٤٣ ، ومع ذلك يبدو جميعا أمامنا في زهرة العمر .
والفضل للماكياج .

أما أصغر ممثلات هولندي حقيقة بدون ماكياج فكانت جريس كيلى اذ كان عمرها لا يتجاوز ٢٦ سنة واحتلت مكانها انيوم مارلين مونرو ، التي لا يزيد عمرها عن ٢٨ سنة .

وأكبر الممثلين الرجال سنا هو شارلى شابلن ٦٨ سنة ، ويليس ادوارد روبنسون وكليفتون ويب ، وجيمى دورانت وكل واحد منهم عمره ٦٤ سنة .
وأصغرهم بعد موت جيمس دين «كيرك دوجلاس» وهو فى التاسعة والثلاثين ، أما المغنى المعبود بنج كروسبى فعمره ٥٤ سنة ، وجارى كوبر ٥٦ سنة .

ويبلغ عدد النجوم المتزوجين فى هولندي ١٥٧ نجما ، ومنهم من لم ينجب



البل باريمور اقدم نجوم هو ليود وتنحدر من اسرة فنية



كارمن ميراندا العجمة المذبة التي لوليتا طه فاسين

في المزداد . ولم تكن هذه الساعة عزيزة على وحدي ، فان في داخلها قطعة على هيئة قلب ، نقشت عليها الحروف (ب م - د و) ، وهي الحروف الاولى من اسمي واسم انفتاة التي أصبحت زوجتي . فاذا صبح هذا الذي خيل انينا ، وكانت هذه العلامة موجودة في الساعة التي ظهرت معك في انفيلم ، فاني وزوجتي نلتبس منك أن تعمل على صيانة هذه الساعة والعناية بها . . .

وتقول فيفان :

- وقد زرت مخزن العجائب الذي جاء منه بتلك الساعة ، وفحصتها بنفسي ، فلما وجدت بها تلك الحروف التذكارية ، بادرت

والطنافس الفاخرة ، يرجع تاريخها الى القرن السابع عشر ، اذ كانت من مقتنيات الملك شارل الثاني في قصر هوايتهول ، وقد اشتراها صاحبها وباعها بدوره لمخزن العجائب لتظهر في الأفلام التاريخية التي تجري حوادثها في قصور الملوك .

وتروي « فيفان لي » انها على أثر عرض فيلم « ذهب مع الريح » تلقت من شاب يعيش في ولاية فرجينيا خطابا قال لها فيه : « ان ساعة الحائط التي ظهرت معك في أحد مشاهد الفيلم بقصر تارا يخيل الى انها ساعة المرحوم جدي وكانت ظروف حياته القاسية في شيخوخته قد اضطرته الى أن يبيعها مع بقية ممتلكاته



تتحلق على الجليد

أن أخلو الى بعض هذه التحف النادرة الثمينة . . فتعود بي الذاكرة الى الايام الجميلة التي قمت خلالها بدوري في فيلم « عنبر الى الابد » حيث ظهرت معي فيه من بين هذه التحف طائفة من اللوحات الزيتية والشمعانات الفخمة ،



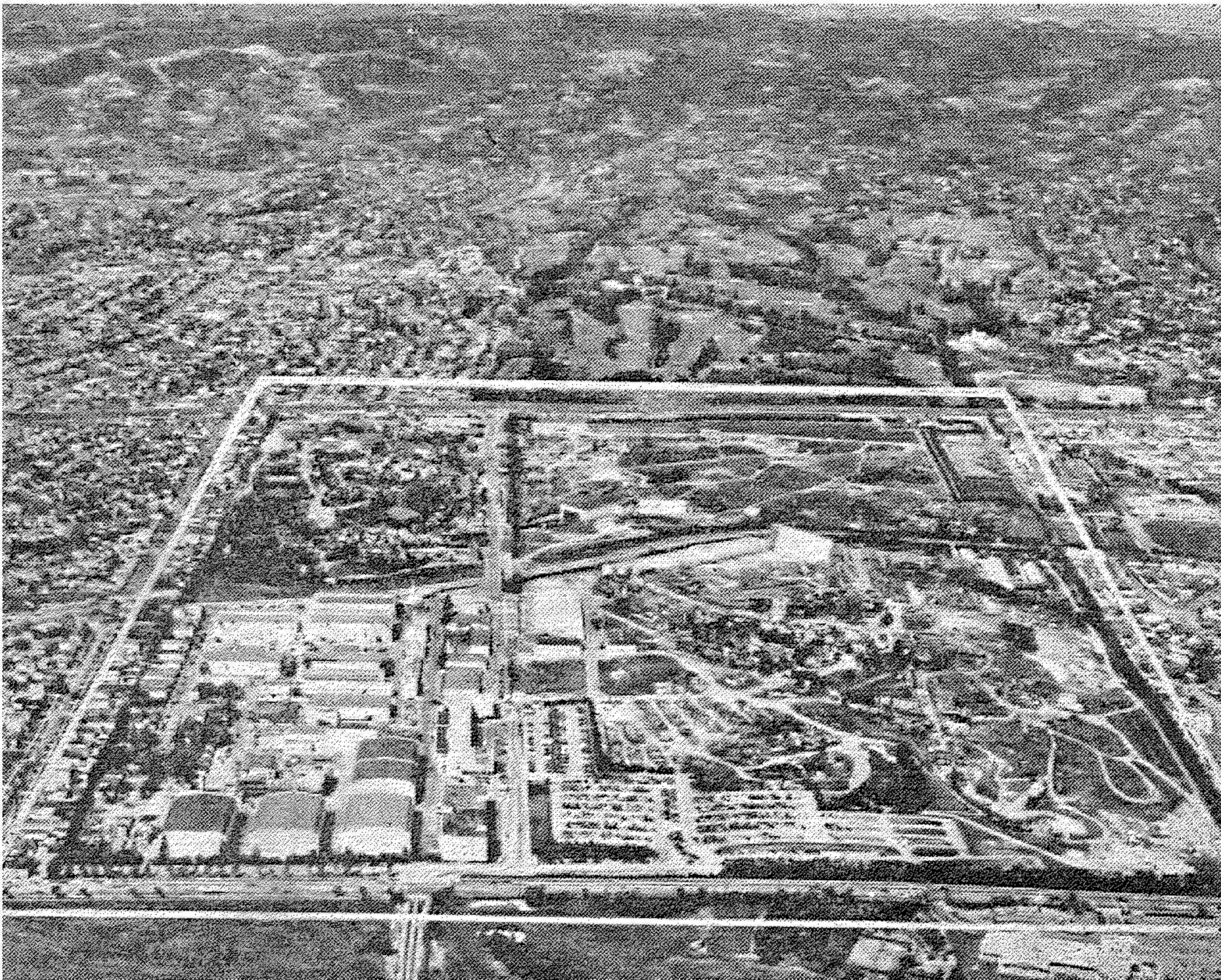
آن بلايث

يشبه ساعة المكتب ، وفيه عقرب واحد يجدد « مزاج » الزوج في الصباح وعند الظهر وفي المساء . . فاذا كان متعبا وقف العقرب على خانة التعب واذا كان جائعا أعلن الجهاز جوع الزوج ، وهكذا . . وما على الزوج الا أن يمسك بالعقرب ويحركه في الاتجاه الذي يريده عندما يستيقظ في الصباح وعندما يعود من عمله في الظهر ، وأخيرا عندما يستعد للذهاب الى النوم . . ويقول فرناندو لاماس :

- انني أنصح كل زوجين أن يبحثا عن بارومتر الزواج هذا ، بشرط الا تنسى الزوجة أن تراقب تحركات العقرب .

وأعجب ما في هوليوود « مخزن العجائب » الذي يضم تذكارات أمجاد أفلام السينما التي صفق لها العالم ، وقد سالت النجمة لندا دارنيل عن المكان الذي تؤثر أن تقضي فيه وقت فراغها فأجابت بقولها :

- مخزن العجائب ، لأنه يضم بين جدرانه الاربعة كل ما تشوق رؤيته من التحف والمقتنيات التي تمثل العالم كله في حاضره وماضيه . وشد ما يسعدني



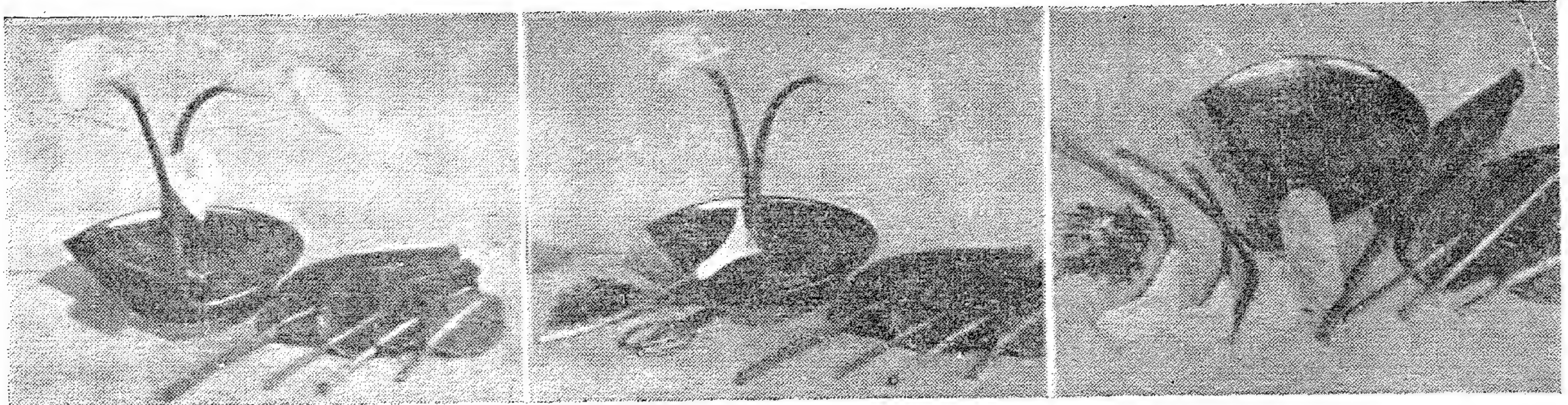
صورة لأكبر استوديوهات هوليوود «شركة فوكس للقرن العشرين»

عماد منزلة الزهور على الطريقة اليابانية

هذه الايام تعتبر بالنسبة لجميع ايام السنة ، ايام الزهور وخاصة الورد البيضاء والخمراء والبنفسج والزرعس .. وللزهور عند اليابانيين مكانة خاصة ، ويرمزون بها الى معان جميلة ، ويعبرون بها عن المودة والمحبة والوفاء .

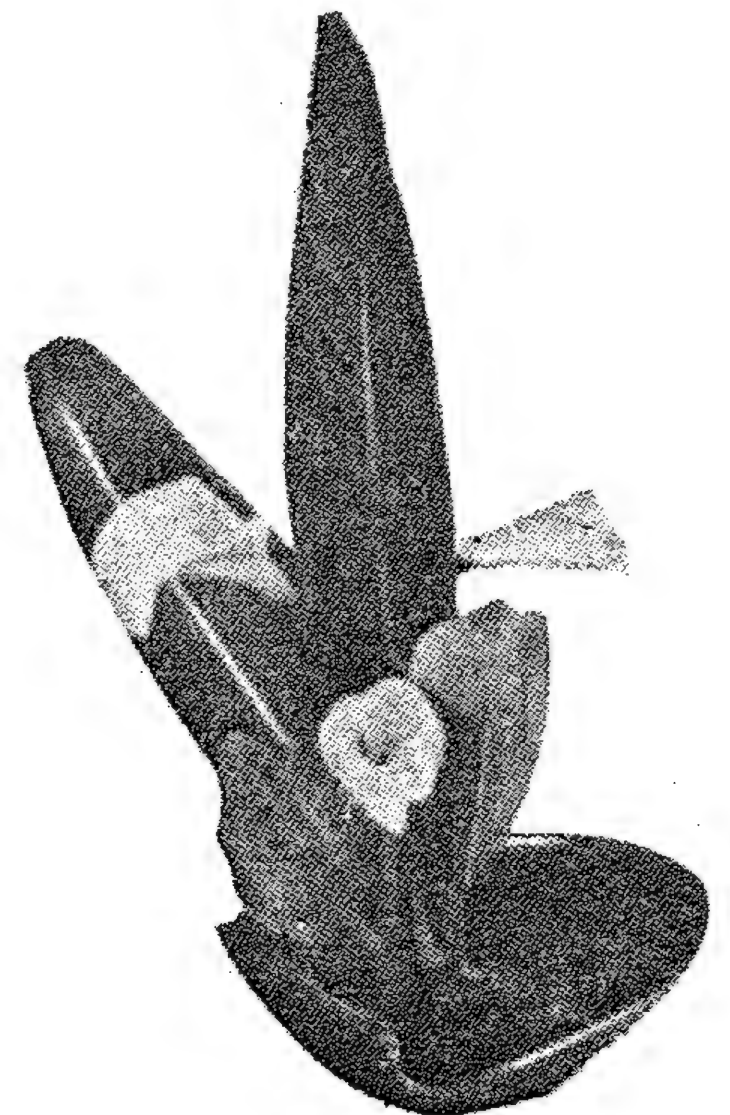
وترتيب الزهور في الاواني ليس فنا فقط ، ولكنه علم ايضا .. وهناك طريقتان لترتيب الزهور في اليابان احدها تقليدية قديمة ، تستعمل فيها دائما زهور بعدد فردي ، اما الطريقة الحديثة ، فتسمح باستعمال مجموعة أكبر من الزهور ، ولكن تشترك الطريقتان في استعمال الاوراق الخضراء دائما ، وفي أنها تتبع في تنسيقها خطوطا هندسية ، كما تحتاج الى قاعدة ذات ثقب لترشق بها الزهور حتى تحتفظ بوضعها .

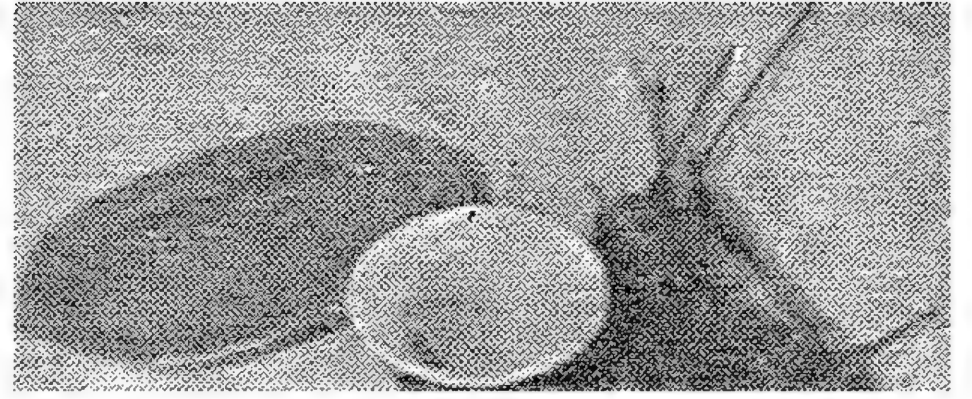
وعلى هاتين الصفتين أوضاع مختلفة لاستعمال هذه الزهور .



(١) باقة من الورد بالطريقة التقليدية :

- أ - الادوات المستعملة : ثلاث زهورات من الزنبق الابيض - باقة من البنفسج - اربع ورقات سمكية لتحل محل ورق الزنبق الرقيق - قاعدة لتثبيت الزهور - آنية مثلثة الشكل .
- ب - الهيكل : توضع ثلاث زنبقات في عين واحدة بعد ان تقطع أعناقها الى ثلاث أطوال مختلفة لتكون مثلثا ، وهو يرمز هنا الى السماء والارض والانسان .
- ج - المجموعة : الزهور بعد ترتيبها وقد ظهرت احداها من الامام كاملة ، وظهر ثلاثة أرباع الذنية ، اما الثالثة فتظهر بروفييل . ثم توضع باقة البنفسج بحيث تغطي القاعدة .. اما الاوراق فتقطع أعناقها الى أطوال مختلفة ، وترتب حول الزهور ، لتبدو في وضعها النهائي كما في الصورة المجاورة لهذا الكلام







تفادي امراض الصيف

انك تفكرين من الآن في اجازة الصيف .. في البحر وفي حمامات الشمس وفي الرحلات التي ستقومين بها . ولكن يجب أن تفكري أيضا أن فصل الحرارة هو فصل الأمراض الجلدية وأمراض الجهاز الهضمي . هذا اذا تركنا جانبا ضربات الشمس .. انه يجب أن نتعلم كيف نتفادي هذه الامراض .

ضربات الشمس :

ان ضربات الشمس عبارة عن حروق تصيب البشرة نتيجة لاشعة الشمس . وقد تكون هذه الحروق سطحية أو عميقة . وكلما ازداد اتساعها كلما ازدادت خطورتها . ومهما يكن الحرق سطحيًا فانه يكون خطرا ان امتد الى أكثر من ١٠ ٪ من سطح الجسم . لذا فانه يصاحب ضربات الشمس غالبا اضطرابات عامة مثل الصداع والأرق والحمى والتهديان واحتقان الرئتين .

كيف تتفاديها :

من المفيد أن تعرفي أن بعض الادوية تهيج لضربات الشمس وهي الاسبرين والانتبيرين والسلفاناميد . الفى التدليك بالكحول أو بماء الكولونيا والتصبين

معقم . وفي حالة ضربة الشمس المصحوبة باضطرابات عامة أخلدي الى الراحة واشربي عصير الليمون المحلى بالسكر وامتنعي عن أى طعام ولا تتناولي الا المسكنات الخفيفة ..

أمراض الجلد :

ان الحرارة والعرق والحساسية الزائدة للشمس تمهد لظهور أمراض الجلد . وان الحساسية للشمس ينجم عنها ارتكاريًا الشمس التي تحدث بعد التعرض للشمس وتزول عادة بعد التعرض بقليل دون أن تترك أثرا . وقد تظهر أيضا اكزيما يقال لها اكزيما الشمس . كما تظهر البقع الصفراء . وقد ينجم عن التعرض الزائد للشمس ما يسمى بسرطان الجلد .

وينتشر في الصيف على الخصوص أمراض الجلد الناتجة عن العرق .

كيف تتفاديها :

في حالة الحساسية الزائدة للشمس فلا بد من العلاج الذي يخفف هذه الحساسية . أما في الحالات الأخرى فلا بد من تقليل العرق وذلك بالغسيل والتدليك بالكحول ووضع بودرة التالك . وان كان افراز العرق زائدا عن الحد المعقول كان من الضروري استعمال هذا اللوسيون

قبل التعرض للشمس . وفي حالة الحساسية الزائدة للشمس ، خذي كل مساء برشامة ريزورسين (٢٥ ر) لتخفيف هذه الحساسية . تفادي التعرض للشمس قبل أن تحمي نفسك بمستحضر خاص يناسب البشرة .

فان كانت بشرتك طبيعية استعملي زيت جوز الهند أو زيت الزيتون أو المستحضرات الدهنية مثل كلوريدات الكينا جرام واحد وماء النار والكرز ١٥ جرام وفازلين ولانولين ١٠ جم لكل منهما .

وان كانت بشرتك سمراء ودهنية استعملي مرهما أو لوسيون فيه كحول . وان كانت بشرتك متناحية الحساسية فاستعملي الجليو بارين ٣٠ جرام ومرهم الشمع والزيت بدون ماء ٦٠ جم .

كيف تعالجها :

استعملي فقط مسكنات خفيفة جدا وغير مهيجة مثل زيت اللوز الحلو . لا تلمسي التسليخات ، وان فتحت ضعي عليها مطهرا غير مهيج مثل مسحوق بداخله سلفانا مايد . غطي الموضع بشاش

الذي يتكون من ٢ جم فورمول على ٢٥٠ جم من ماء الكولونيا .. واياك واستعمال المستحضرات التي تسد المسام .. ويمكن الاتجاه الى العلاج بالكهرباء .

كيف تعالجها :

يجب قبل كل شيء البحث عن أسبابها مع عدم الضغط على الطبيعة . ان العلاج في اجة الى صبر . ولا بد في الحالات الزائدة عن الحد المعقول عرض الأمراض على الطبيب فقد بصف لك نظاما خاصا في المأكول والمشرب ، أو قد يشير عليك بالعلاج بالكهرباء .. ولكن لا تياسى .. أن في امكانك القضاء على هذه الافرازات الزائدة عن حدها فان الطب قد تقدم كثيرا في هذه الناحية .

ضربة الحر :

ضربة الحر هي نوع من تسمم الجسم بالحرارة . وقد تحدث من التعرض للشمس أو من وجود الانسان في غرفة حارة ليست فيها تهوية كافية . وقد تنتج في أحيان كثيرة من التعب والحر بعد بذل مجهود رياضي عنيف أو السير طويلا في الحر .

وتظهر ضربة الشمس على هيئة صداع ودوخة قد تصل أحيانا الى فقدان الوعي .. ويصاحبها أحيانا ارتقاع



قصة للحياة

الخ . بل بالعكس نشوق من قارئ هذه القصة ان يخرج بنتيجة هامة هي الشك في مثل هذه العقاقير ولنذكر ان آفا منها تتعرض للبحث والتجربة قبل الوصول الى عقار واحد ذي فائدة علاجية

وفي الواقع ان عقار الديجيتال لا عقار خطر ولا بد ان هذه المرأة العجوز قد قضت على كثير من مرضاها باعطائهم قدرا أكبر من الشاي الذي كانت تقوم بتحضيره . يضاف الى ذلك انه ينذر ان يوجد عقار يفيد في اكثر من مرض واحد . وفي عصر تقدم العلوم الذي نعيش فيه يقوم رجال الطب بتجربة العقاقير الجديدة على حيوانات معينة قبل ان توصف للاستعمال البشري وليس من الحكمة في شيء ان نقوم نحن بدور هذه الكائنات التجريبية .

دكتور عدلي شنودة

الجديد على مرضاه المصابين بهذا المرض ووصل الى نتائج غير متوقعة بعضها طيب وبعضها سيء . واستمرت تجاربه واستطاع ان يحدد اي هذه الاعشاب له هذا



التأثير بل اي جزء من العشب له فضل هذه النتائج وحاول وضع بعض القواعد لتحديد الجرعة المناسبة . كل ذلك وهو لا يدري شيئا عن السبب الحقيقي للمرض ولا نريد من وراء هذه القصة تشجيع الاندفاع وراء وصفات الاعشاب ومتنوعاتها

هناك عقار واحد يمكن استخدامه لعلاج نوع من هبوط القلب ويمكن ان يؤدي أحيانا الى شفاؤه . هذا العقار هو الديجيتال ويرجع تاريخ استعماله الى عام ١٧٨٥ وربما الى ما قبل ذلك . ولا نستطيع ان ننسب فضل اكتشافه الى انسان بعينه والقصة توضح ذلك .

في عام ١٧٨٥ كان يطرق سمع احد كبار أطباء لندن حكايات كثيرة عن عجوز كانت تعالج حالات التورم (وهي الحالات التي ثبت فيما بعد ان سببها هبوط القلب) بواسطة شاي خاص تقوم بتحضيره بغلي بعض الاعشاب ولم يكن يأبه الطبيب لهذه القصص وظن انها لا بد ان تكون مبالغ فيها كثيرا بل كان يشك في سلامة عقول من يصدقونها ولكن . .

حدث ذات يوم ما أثار اهتمامه الى أقصى حد مما حفزه الى بحث الموضوع وتقصي الحقائق عنه حتى انتهى الى تقديم هذا العقار الى العالم . فقد حدث ان كان احد الرجال البارزين في لندن يحتضر وكان مريضا بالتورم فدعا اشهر أطباء عصره لعودوه . فاستعملوا كل حكمتهم ومعرفتهم دون جدوى . وفي لحظات اليأس طلب الرجل من زوجته ان تجهز له كوبا من شاي الاعشاب التي كانت قد سمعت عنه . وكانت مفاجأة الجميع اختفى التورم كالسحر وشفى الرجل .

هذا هو الحادث الذي أثار حماس الطبيب اللندني واهتمامه فسمع الى المرأة العجوز لكي تدله على تركيب هذا الشاي . ولا يعرف احد كيف حصل على هذا التركيب ولكن بعض اصدقائه كانوا يظنون انه اضطر الى دفع مبلغ ضخم وبدأ الطبيب يطبق العلاج

مفاجيء للحرارة يصل أحيانا الى أربعين مئوية واضطراب في القلب وغثيان . كيف تتفادونها :

لا تمكثي كثيرا في الشمس دون أن تغطي على رأسك شيئا . امتنعي ما استطعت عن بذل مجهود مستمر في الحر أو في الشمس . في حالة الحرارة الزائدة عن حدها ارتدي ملابس واسعة وتناولي أطعمة خفيفة اشربي كثيرا من الماء ، وامتنعي عن المشروبات الكحولية .

كيف تعالجونها :

ان كان الشعور بالضيق مفاجئا ، يجب أن يستلقي الانسان في مكان فيه طراوة مع تفادى تغير الحرارة المفاجيء ، فكى الملابس ، اغسلي الوجه واليدين بالماء البارد . اعطيه قهوة . . استدعى الطبيب في الحال ليعطى العلاج المناسب والسريع .

الاضطرابات الهضمية :

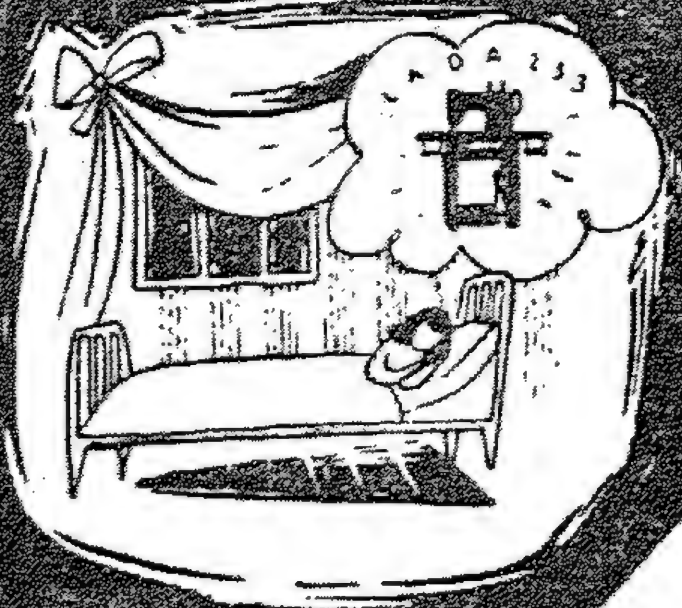
يسبب الحر أحيانا عسر الهضم واحتقان الكبد مع فقد للشهية وغثيان ، وتعب وصداع وآلام في البطن الخ . . كما يؤدي الحر الى الاسهال . . وان الحر الزائد عن حده يسبب عند الاطفال وخاصة الرضع الاضطرابات الهضمية البسيطة والخطيرة .

كيف تتفادونها :

لا بد من اتباع نظام غذائي خاص ، والامتناع عن تناول الاطعمة التي تولد حرارة في الجسم والكريم والجيلاتين وبودرة البيض ، والمأكولات المحفوظة .

كيف تعالجونها :

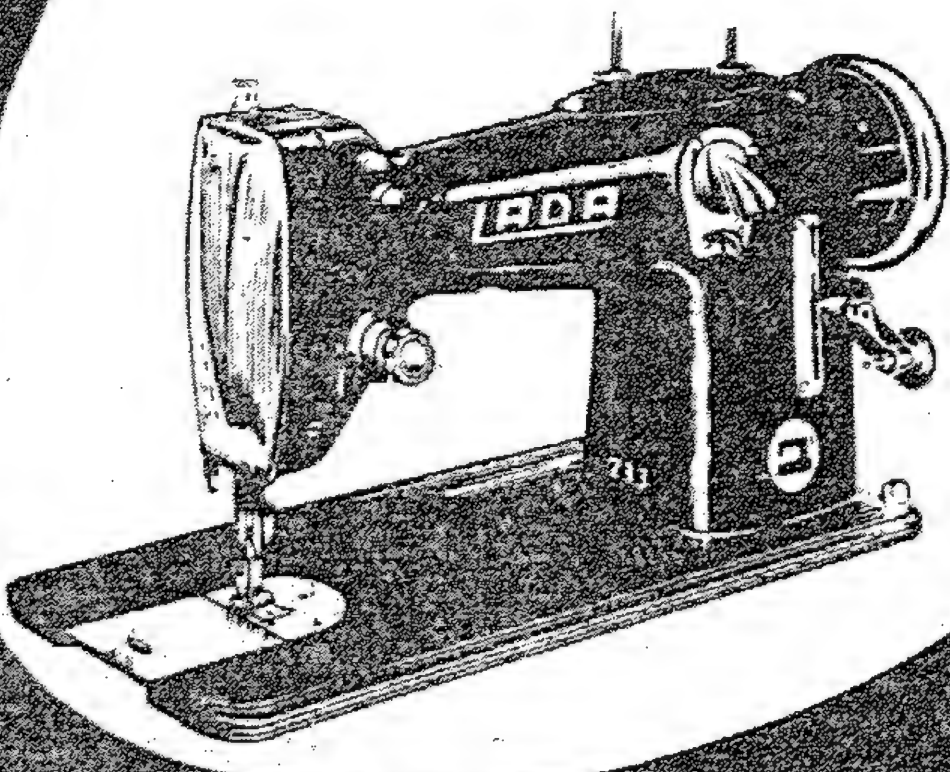
يعالج احتقان الكبد بالراحة والامتناع عن الاكل وبعالج الاسهال بالراحة والامتناع عن الاكل ، والاقتصار على ماء الأرض والمياه المعدنية وحساء الخضار يجب تفادى الحقن الشرجية والمسهلات . وعرض الأمر على الطبيب .



أنت في حاجة
الحكة
ماكينة خياطة نيج زاج
فاطمة

لادا
كوفشو

ميراج - تشيكوسلوفاكيا



KOVO



بن جوريون لحلفائه - ما قدرش أقصد ساكت .. لازم تشوفولي بلد انا كف فيها !

الجلسة وقدمي مستندائك فاذا وجدت المحكمة أنها كاملة فستحكم لك بصحة ونفاذ العقد الابتدائي سواء حضر الخصوم ام لم يحضروا وهذا الحكم وحده يغني عن التسجيل الرسمي للعقد الابتدائي بمجرد اعلانهم به .

س : اختلفت مع زوجي في موعد الامساك في رمضان فزوجي يقول ان مدفع الامساك لا يمنعنا من الطعام والشراب حتى اذان الفجر وأنا أخالفه وأقول ان مدفع الامساك معناه عدم الاكل والشرب بدليل انه سمي مدفع الامساك فمن الحق فينا أرجو الاجابة في العدد الجديد من بنت النيل

قارئة مستديمة

ج : رأي زوجك هو الحق فمدفع الامساك للتنبيه على ان موعد اذان الفجر قد اقترب لسرع من ياكل في اتمام اكله يشرب سيجارة او قدح من الشاي او القهوة حسب عادته اما الامتناع عن الاكل والشرب نهائيا فذلك لا يكون الا بالبدء في الاذان للفجر فاذا سمعتم المؤذن يقول الله اكبر وجب الكف عن الطعام والشراب

المهر كله ولا يكون له الحق بعد ذلك في اخذ نصف المهر ولك ايضا نفقة سنة

فاذا رفض التسليم بهذه الحقوق المقررة لك فما عليك الا ان ترفعي قضية نفقة امام محاكم الاحوال الشخصية واثبتي الخلوة بشهادة اهلك الذين شاهدوه يغتسل بك وعندئذ تحكم المحكمة لك بالنفقة ومتى حكمت لك بالنفقة المرتبة على الخلوة فان المهر كله يصبح من حقه عاجله واجله

س : باع لي نفقي حصته في منزل والدنا ، وكتبنا العقد الابتدائي ووقع عليه أخي ولم تكن معي في ذلك الوقت مصاريف التسجيل فاكتفيت بالعقد الابتدائي ووضعت يدي على الحصة .. ثم توفي أخي الى رحمة الله فطالبت زوجته وأولاده بالتصديق على البيع ولكنهم يماطلونني ويرفضون تسجيل عقد البيع فماذا اصنع لضمان حق

عزيزة ت.م

ج : ارفعي قضية على الورثة بصحة ونفاذ عقد البيع الابتدائي وستعلنهم المحكمة بالضرورة الى

وعلمت أنه تعرف على فتاة أخرى أحبها وأحبته ومنها بالزواج كما فعل معي وعز على نفسي أن تكون هذه علاقته وقد كان في نظري ملاكا وانسانا مثاليا فطلبت منه انتهاء العلاقة بيسا وطلاقي منه . فوافق على أن أرد له نصف المهر وقال ان هذا هو حكم الشرع فما رأيكم في هذا رهل أستحق نصف المهر فقط أو أستحق المهر كله ونفقة سنة أرجو افادتي على صفحات مجلة بنت النيل

فتحية ١٠م

ج : لقد احسنت في طلب الطلاق فهذا الفتى الذي يخون علاقة الزوجية وهي في بدايتها لا يستحق الا الاعمال والترك والاحتقار ايضا فالمستقبل امامك ولا تجني عليه بدوام صلتك بهذا الفتى الماجن المستهتر . واذا كان لا خير فيه لك فلا خير فيه لفتاة أخرى بل مافعله معك سيفعله مع غيرك

اما ادعاؤه ان لك نصف المهر فهو غير صادق فقد جلست معه على انفراد كما تقولين وهذا في نظر الشرع يعتبر خلوة يتقرر بها



س : تعرفت بشاب فاعجبت به وأعجب بي وتوطدت العلاقات بيننا وفاتحنى في الزواج فقبلت وطلب يدي من أهل فرحبوا به وتم عقد القران وكنت أهد نفسي أسعد فتاة بهذا الزواج ولكن بعد العقد بشهر كان عريسي فيه دائم الإقامة عندنا وكثيرا ما كنا نجلس على انفراد كما كنا نخرج معا الى السينما والاماكن العامة تغير فجأة وانقطع عنا دون سبب وحاولت الاسرة معرفة أسباب انقطاعه فاعتذر بكثرة المشاغل لديه ولم يكن هذا هو السبب الحقيقي لانقطاعه

كل شئ عن الانكيت



الصوت فى البيت :

هل ترفعين صوتك وأنت خارج المنزل ؟ لماذا ترفعينه اذن وأنت فى داخله ؟ ان رفع الصوت فى البيت ان دل على شئ فهو يدل على نقص فى التربية . وقد يسمعك الجيران ويحكمون عليك حكما ليس فى مصلحتك . كونى هادئة الصوت فى مناقشاتك . لا ترفعى صوتك فى الخادمة مهما يكن السبب .

الشتائم

لقد عصى ابنك أمرك . حاولى أن تتفاهمى معه بأسلوب هادئ . ابتعدى ما أمكن من تلقيبه بالحمار أو بالجحش . لا تقولى له « يا عبيط » لماذا لم تفعل كيت وكيت ؟ أنك تلقينه الشتائم التى لا يلبث أن يكررها مع غيره من الناس أو مع أشقائه .



جربى طريقة العتاب الهادئ وابعدى عن هذه الالفاظ النابية لانك تريدين أن تنشئى معنا بيتا مصريا سليما يحترم أفراده بعضهم البعض . ولا شك فى أن هذا المجتمع الصغير سوف يؤثر بدوره على المجتمع

الكبير : الوطن المصرى كله . التعاون

يجب أن يسود جو من التعاون والاخاء البيت . فالابنة يجب عليها أن تساعد والدتها فى أعمال المنزل . والاخ الكبير يجب أن يشرح للاخ الصغير ما غمض عليه من الدروس . ان البيت الذى تسود فيه الانانية بيت مقضى على أفراداه بالفناء . والاسرة التى تنعدم فيها روح التعاون أسرة مفككة لن يكتب لها الحياة . عودى أولادك منذ الصغر أن يكونوا متعاونين متحابين . اضربى لهم المثل الصالح . افهميهم أن الحياة بلا تعاون ليست بالحياة الجديرة بالادمين .

أنت وأولادك

هل تعاملين أولادك معاملة طيبة ؟ هل تشعرينهم بلطفك عليهم ؟ هل يحترمونك الاحترام الواجب ؟ ان هذه العناصر لا بد منها للأسرة الحديثة . . . كما لا بد أيضا أن تحترمي والديك أمام أولادك لكى يعملوا هم أيضا على احترامك اذا ما تقدمت بك السن .

ويجب أن تعلمي أن الاولاد ليسوا عبيدا ولا حيوانات . ومن حقهم عليك اذا ما بلغوا سنا معينة أن تستشيرهم وفى الامور الخاصة بهم وفى بعض الامور الخاصة بالاسرة . وهكذا يشعرون منذ الصغر

بالمسئولية التى سوف تلقى على عاتقهم . فاهمال الاطفال من هذه الناحية يغرس فيهم الشعور بالنقص .

تفاهمى مع زوجك على ألا تتبادلا أى عبارة نابية أو يشتتم منها رائحة الاحتقار لاي منكما . . ان الاطفال يتأثرون بذلك كل التأثير . وقد يؤدى بهما الامر الى عدم احترامكما .

الفضول

هل تفتحين خطابات زوجك ؟ هل تنقبين فى جيوبه ؟ هل تتصنطين على الابواب ؟ ان هذه الاعمال تنافى قواعد الذوق السليم . فليس من حقك أن تطلعي

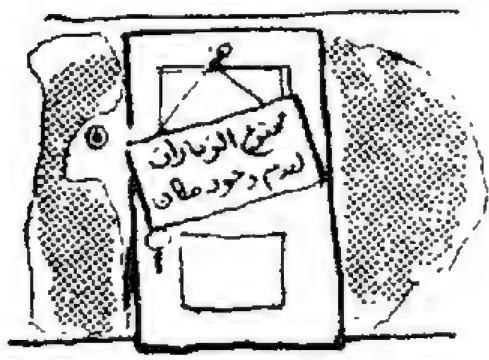


على أسرار أفراد أسرتك الا ان شاءوا بمحض ارادتهم أن يطلعوك عليها . والشقيق ليس من حقه أن يتلصص على شقيقه . ان الصراحة فى مثل هذه الاحوال خير ألف مرة من اللف والدوران .

فالاسرة التى يحترم أفرادها بعضهم أسرار بعض، أسرة قوية لن ينالها الوهن ولن يعكر صفوها أى معكر . علمى أطفالك هذا المبدأ . فالطفل فضولى بطبيعته .

وعليه أن يتغلب على هذا الفضول منذ الصغر .

اياك اذن أن تهمل فى هذه القواعد ان أردت أن تعيش فى أسرة هائنة مطمئنة متفاهمة يخيم عليها الهدوء والاستقرار .



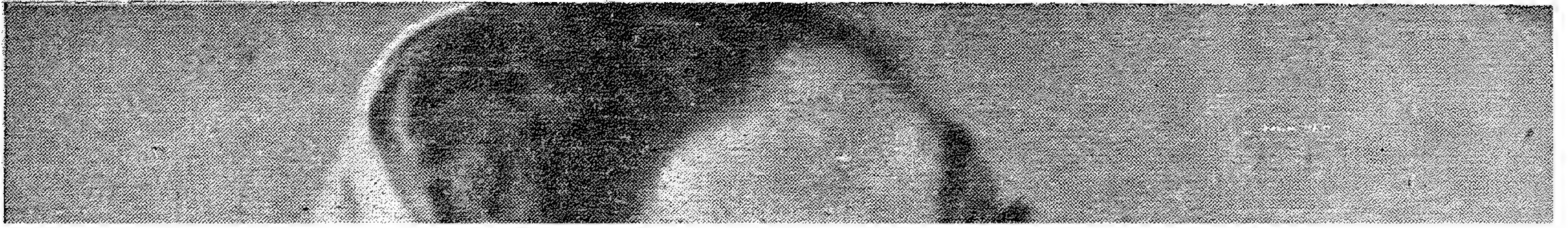
فى المستشفى :

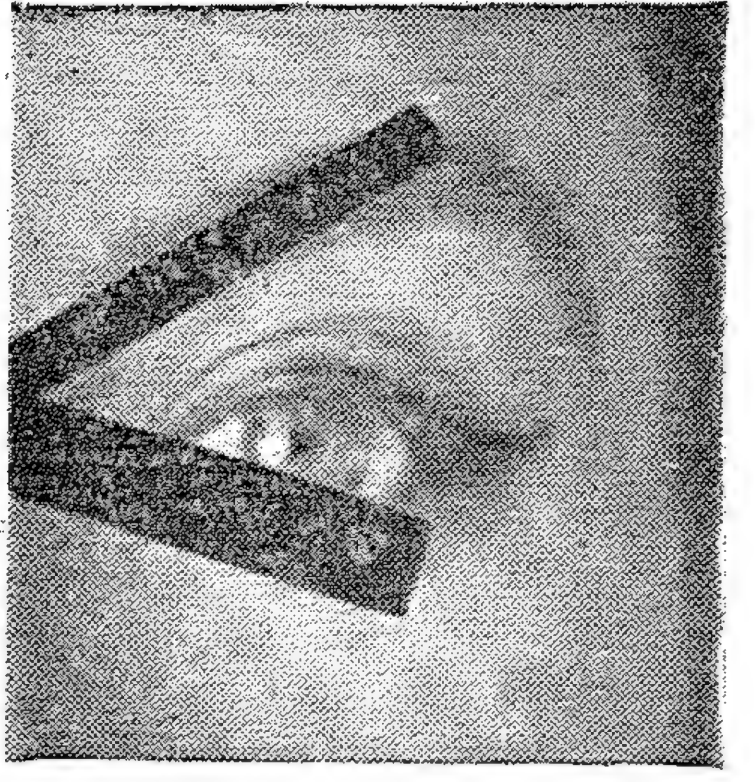
ان كان المريض فى عنبر كبير فاحرصى على أن تكون باقة الزهور التى تحضرينها صغيرة ولتكن الفواكه من النوع المتواضع . ولكن اياك والهدايا الغالية !! ولتكن زيارتك قصيرة فان مواعيد الزيارات محدودة وعدد الذين يرغبون فيها من الاقارب والاصدقاء كبير . تكلمى بصوت خفيض وامشى بدون ضوضاء .

فكرى فى الاسرة المجاورة فقد يكون راقدا عليها مرضى فى حاجة الى هدوء .

الاعتاب :

ان أتعاب المدرس توضع فى مظلوف وتقدم اليه مع الشكر . وان كنت لاتعرفين أسعار الطبيب أو المحامى فيجوز لك فى هذه الحالة أن تقدميها لهما بدون أن تضعيها فى مظلوف . ولكن لا بد لك من الاعتذار .





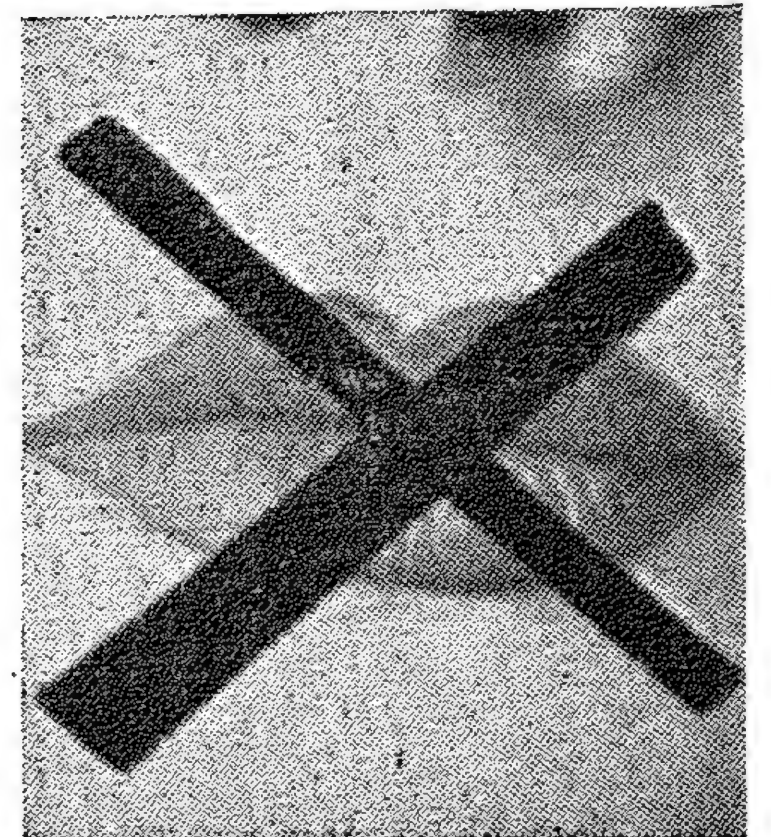
الاضطرابات اعرضي نفسك
على الطبيب ليعالج دورتك
الدموية .

وان كان أنفك يلمع فلا
تضعي البودرة عليه
باستمرار . ان ذلك لن
ينفع الا في تنشيط افراز
الغدد الداخلية . فرشيه
بانتظام كل صباح بفرشاة
ناعمة وبالصابون .

وان كان شكل أنفك
مش ولا بد فان في استطاعتك
أن تصلحيه بعض الشيء .
ضعي شيئا من الفون دي
تان الغامق تحت أنفك ان
كان طويلا ليبدو قصيرا .
ضعي شيئا من الفون دي تان
الفاتح على قصبه الانف ان
كان قصيرا ليبدو طويلا .
ولكى يبدو الانف الدقيق
عريضا ضع شيئا من الفون
دي تان الغامق على القصبه
وشيئا من الفون دي تان
الفاتح على جانبيه .

فمك :

لن يكون فمك جميلا ان
كان يكشف عن أسنان
رديئة . اعتنى اذن بأسنانك



بتفريشها ثلاث مرات في
اليوم بمعجون للأسنان ضد
التسويس وبالذهب الى
طبيب الاسنان مرتين في
السنة ليعالجها أولا بأول .
وان أردت أن تحصلي
على أسنان ناصعة البياض
ففي استطاعتك استعمال
- مرتين أو ثلاث مرات في
الاسبوع فقط - بيكربونات
الصودا بدلا من معجون
الاسنان .

ورائحة الفم الكريهة
سببها على العموم سوء حالة
الاسنان والمعدة والزوائد
الانفية . ولا يمكن القضاء
على هذه الرائحة تماما الا
ان عولجت هذه الاسباب .
ولمكافحتها مؤقتا فيمكنك
الاختيار بين الباستيليا
بالكلورفيل أو الغرغرة
بكلورات البوتاسيوم (٢
جم لمائة جرام ماء) .

عنقك :

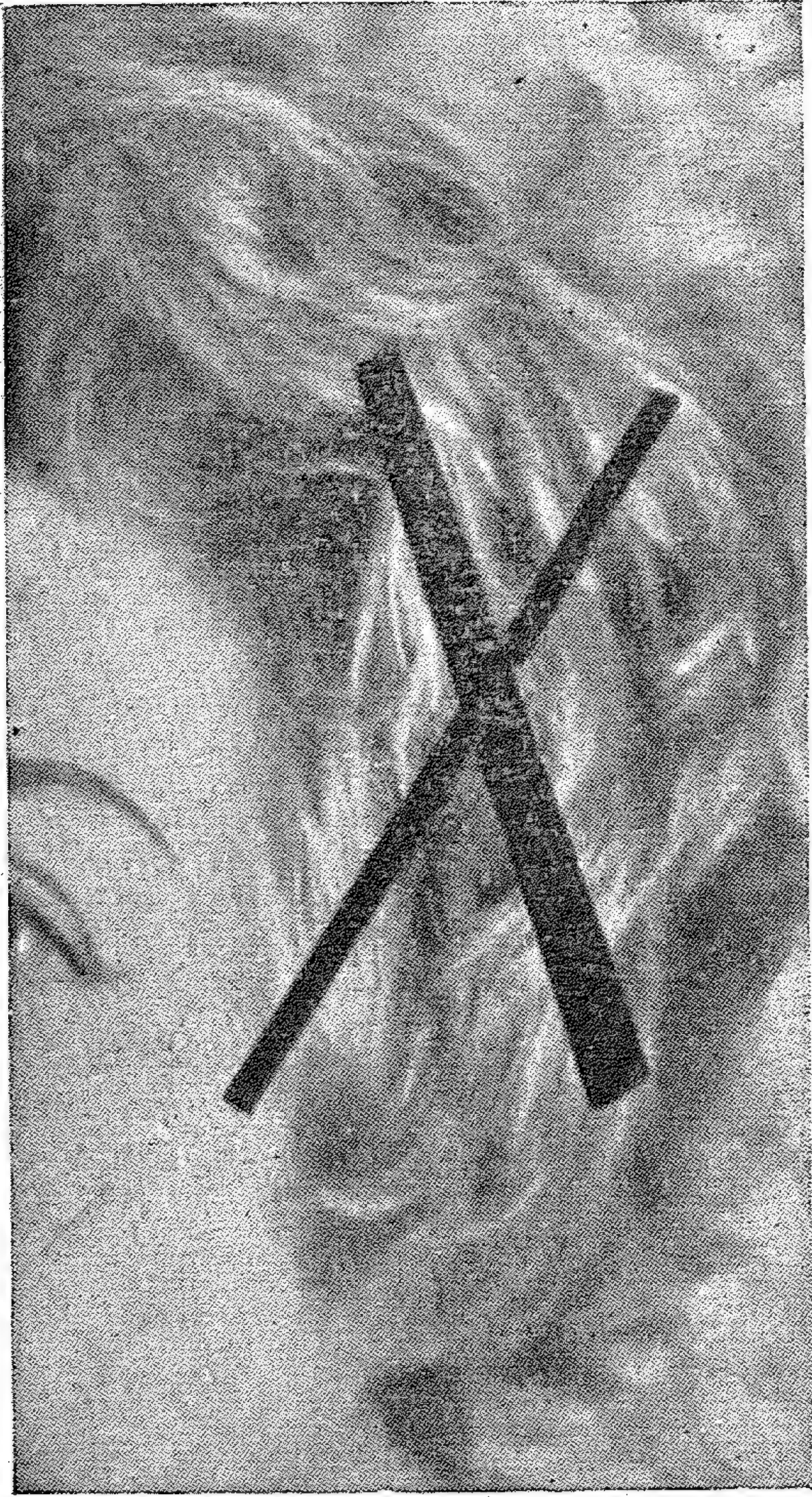
اهتمي به كما تهتمين
تماما . فرشيه بفرشاة
ناعمة وماء دافئ وصابون
من نوع جيد . وبيدك
مجتمعتين دلكيه من أعلى الى
أسفل باستخدام كريم مغذ .
قومي ببعض التمرينات
لتحافظي على ليونته . اخفضي
رأسك الى الأمام وعلى
الحلف مع رسم دائرة كبيرة .
نامي بدون وسادة (للتفادي
الذقن المضاعفة) وقدمي
فكك الأسفل ودلكي من
الذقن الى قاعدة الرقبة
بقبضتك المقفولة .

وان كان عنقك طويلا
أتركي شعرك طويلا أو
نصف طويل . امتنعي عن
ارتداء الفساتين ذات فتحات
الرقبة العميقة .
وان كان عنقك قصيرا
قص شعرك . امتنعي عن
ارتداء الياقات الصاعدة
والاطواق العريضة .

شعرك :

مهما يكن نوع شعرك
فانه في حاجة الى غسيل .
اغسليه مرة في الاسبوع
بشامبو دسم ان كان جافا .
في استطاعتك تحضير هذا
لشامبو بنفسك . امزجي
٣ صفار بيض بعد ضربها
بملعقة كبيرة من زيت

رأسك يوميا بكريم أساسه
نخاع البقر .
أما ان كان شعرك دسما
استخدمي الشامبو المصنوع
من لحاء خشب بناما المنقوع
بماء مغلي لمدة ١٢ ساعة .
خذي هذا السائل وادعكي
به رأسك دعكا متواصلا .
ولا تنسي أخيرا انه الى



جانب الشامبو يجب تفريش
شعرك مرتين في اليوم تفريشا
جيذا

سحرك :

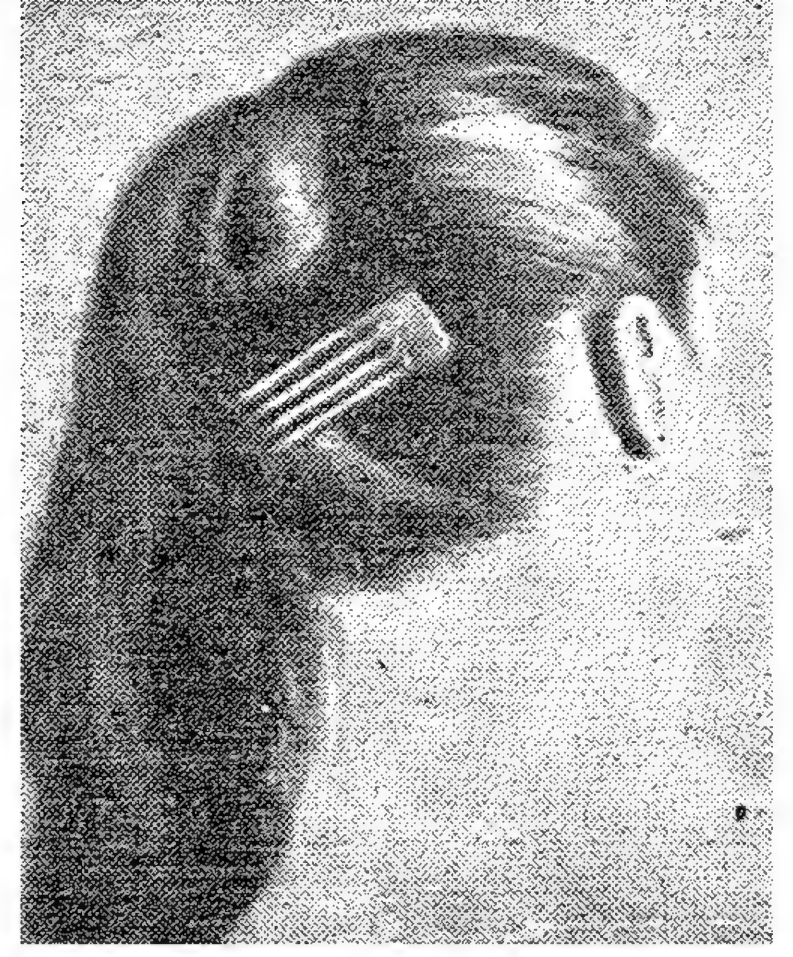
ان سحرك ليس ببعيد
عنك . ففي استطاعتك أن
تصنعيه بنفسك وذلك بأن
تتناولي غذاء صحيا وأن
تنامي نوما كافيا ومنتظما
وأن تراعي قواعد النظافة .
انظري الى وجهك في المرآة .
انك ساحرة ولا شك !!

الخروج وملعتين من الروم .
دلكي شعرك لمدة عشر دقائق
بهذا المزيج دون أن تبلليه .
اغسليه بعد ذلك بماء دافئ
وقليل جدا من الصابون ثم
اشطفيه بغزارة . اعصري
نصف ليمونة في ماء الشطفة
الآخيرة

وان جف شعرك من
الهواء والشمس أو من
برمائيات قوي ففي امكانك
أن تعيدي له ليونته بتدليك

نيجات وسابك للشعر

كانت جداتنا تعز بشعورهن الطويلة وكن يحلينها بأمشاط كبيرة وتيجان ماسية • ثم نزلت المرأة الى الحياة العملية فقضت شعرها واصبحت تميل الى البساطة التي تتفق وحياتها الجديدة ، فاختفت التيجان والامشاط ، الا الضفير البسيط منها • وقد تغيرت مودة الشعر من القصر الى الطول وبالعكس مرات متعددة في الحقبة الاخيرة • وكان القصر هو المودة الشائعة في السنين الاخيرة ، ولكن المرأة عادت الى الاعتزاز بتاجها والاحتفاظ بشعرها طويلا وبعودة الشعر الطويل عادت التيجان والامشاط والمسابك للاستعمال بعد ان ادخلت عليها بعض التجديدات •



١ - مشبك ذهبي ذو فروع أربع يوضع تحت ذيل الحصان فيثبت الشعر في مكانه طوال اليوم دون أن تحتاجي الى اعادة تسريحه • وهي تسريحه تعتز بها الفتيات والانسات خصوصا صاحبات الاعمال اللواتي لا يجدن الوقت الكافي لتصفيف شعرهن بين حين وآخر ••

٢ - وهذا المشبك على شكل الفيولونسل وهو من العظم المحلى بالماس ويحلى هذه الشنيون وهي من أجمل التسريحات للشعر الطويل • الاسبانيات لتزين شعورهن الجميلة • الشنيون فمن العظم المذهب المحلى بالماس وهو يشبه ما تستعمله أما هذا الدبوس الذي يخترق

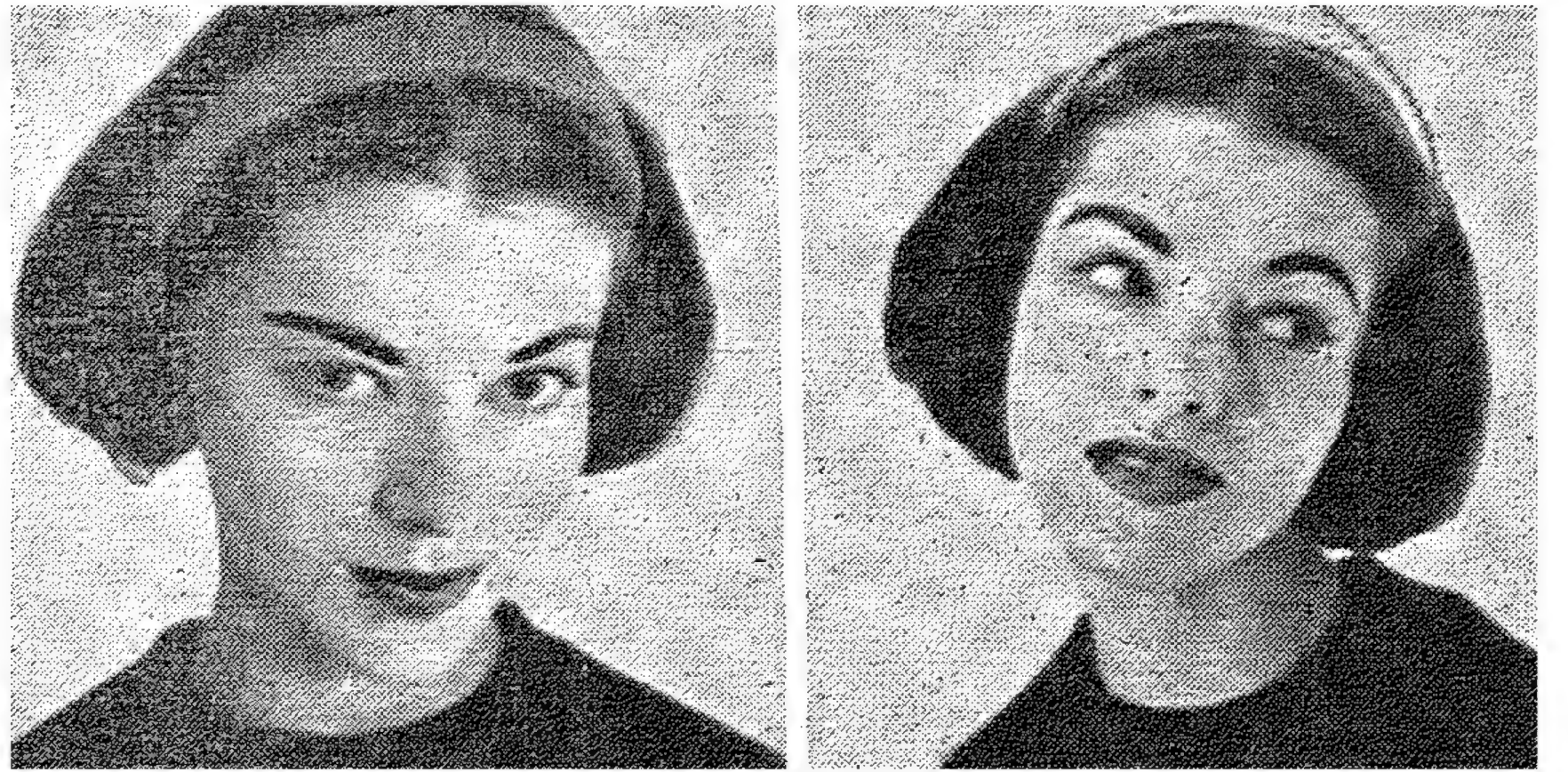


٣ - تسريحة على شكل ذيل الحصان تحليها حلقة آجوريه من الماس المقلد والى اليسار مشبك ذهبي يثبت في الشنيون دبوس من العظم وهو يصلح للاستعمال بعد الظهر



٤ - الى يسار هذا الكلام تسريحة
حديثة للشعر المتوسط الطول وقد حليت
بتيجان ومشابك ابتكرت خصيصا لتلائمها
فالى أعلى تاج من المعدن حليت أطرافه
بفصوص من الماس يلائم صاحبة هذا
الوجه والى يمينه مشبك صغير من ثلاث
حلقات ماسية . والى أسفل مشبك ماسي
صغير ذو ثلاث فروع يحلى جانبى الرأس
والى يساره تاج بسيط من العظم المحلى
بالؤلؤ ويستعمل لحفلات العشاء .

لقد أعجبتك بعض هذه
المشابك والامشاط ، لكنك
ربما لا تجدينها فى السوق
أو هي قد تكون غالية الثمن .
اذن اختارى ياسيدتى ما يماثلها
أو ماهو أكثر بساطة مما يوجد
فى المحال التجارية ويلائم
ميزانيتك . هل بحثت فى
أدراج جدتك أو صناديقها
القديمة ربما وجدت بها من هذه
الاشياء ما يغنيك عن الشراء
المهم أن تستغلى منها ما يتفق
وطابعك الشخصى ويزيدك
جمالا ورشاقة .



٥ - للسهرات تزين هذه الحسناء شعرها بمشطين
كبيرين يحليهما الماس ويكونان تاجا يعلو تاجها
الطبيعى الجميل . أما للصباح فهذا الشريط العريض
من القطيفة يثبت الشعر مكانه فلا يعبت به الهواء
ويمكنك أن تقبلى منه ألوانا عديدة تتفق وألوان
فساتينك .

نسيجنا من جديد من الهند



شعر طويل على الزهور

من قديم الزمان استقر العرف على أن جمال المرأة في جمال شعرها .. وكلما كان شعرها طويلا ناعم الملمس ، كلما ازداد افتتان الرجال بها .. ولكن الغرب خرج على هذه القاعدة ، والمعروف عن الغرب أنه مولع بالتقاليع ، ومن المؤسف أن هذه التقاليع تشق طريقها بسرعة الى بلاد الشرق عامة .

بلد واحدة هي التي لم تتأثر بهذه التقاليع .. هي الهند .. فنساء الهند لا يعترفن بموضة الشعر القصير ، بل ان المرأة الهندية تهتم بشعرها ، وتزينه بالزهور ، وتضميخه بالعطور ، وتتفنن في المحافظة عليه حتى تجاوز جدائله حصرها .. وبهذا اشتهرت المرأة الهندية ، فتردم الشعراء بشعرها ، ونسبوه بجناح طائر أسود ، او بالرياح الموسمية القاتمة !

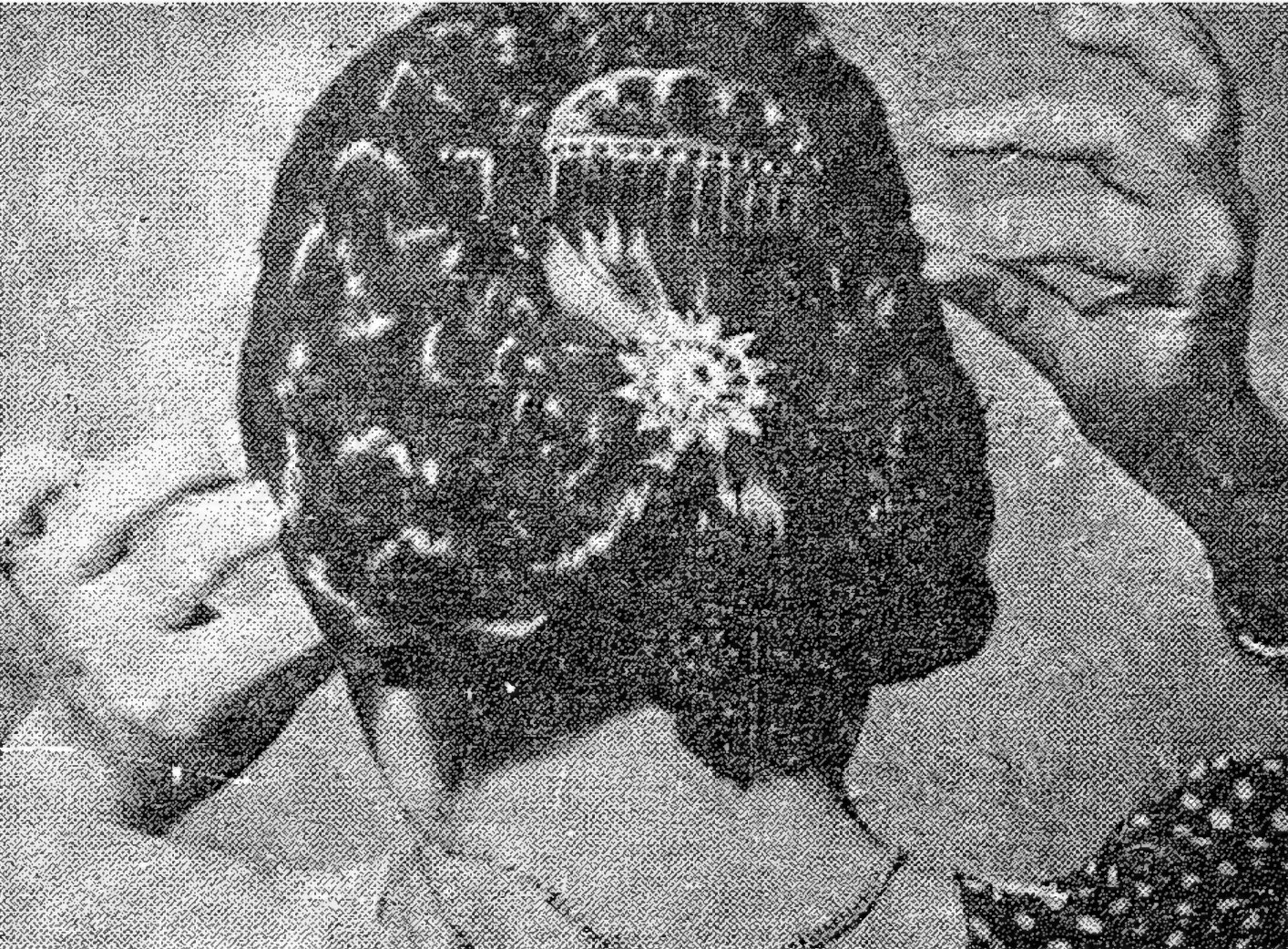
والمرأة الهندية لا تلجأ في تجميل شعرها الى الوسائل الصناعية ، بل تهتم بوجه خاص بالعناية الطبيعية .. ولها في تزيينه وتصفيفه وسائل كثيرة لا تكلفها شيئا ، وفي نفس الوقت تكسبها رونقا وبهاء ، ذلك انها تعطره بالعطور ، وتضع عليه من الادھنة والزيوت ما يجعله لامعا براقا ذكي الرائحة .. حتى اذا اهل فصل الصيف او الربيع ، زينته بالزهور وخاصة الياسمين ، كما يظهر في الصورة .

ولا يعنى ذلك أنها لا تعترف بالحلى البسيطة الجميلة المظهر ، فنجدها في بعض الاحيان تلجأ الى حلية خاصة للشعر ، هي عبارة عن حلقة ذهبية يتدلى منها اللؤلؤ .. وينساب الشعر خلال هذه الحلقة مع اللؤلؤ في شكل رائع فاتن لا مثيل له .

وبلاحظ أن شعر المرأة الهندية على وجه العموم اسود اللون فاحما ، ولا تلجأ الى صبغه باللون الاصفر او الاحمر الا في احيان قليلة .. وهكذا ينضح لنا مدى رقة ذوقها ، ودقة فنها .. لان المرأة الهندية بطبيعتها سمراء اللون ، فلا تتفنن الالوان الذهبية مثلا مع لون بشرتها .

وبلاحظ كذلك أن الشعر الطويل يتفق مع اى وجه ، سواء كان مستديرا أو طويلا ، على العكس من الشعر القصير الذى يلائم بعض الوجوه دون البعض الآخر .

يتضح من ذلك ، أن المرأة الهندية تعلمنا درسا في الذوق وفي « الموضة » .. فأحرى بنا ألا نقلد الغرب أو نأخذ بأساليبه .



حالية بسيطة تزين الشعر من الخلف



عقد من الياسمين يحيط بشعر الرأس

لا تشعرين بما أبدله من مجهود في سبيلكم... ولولاى لاصبحتم اليوم فى حالة يرثى لها !!

ومن حسن حظ سامية أنها قنوعة بقسمتها وأنها لا تشكو أبدا من تعبها الذى ليس بأقل من تعب زوجها . وان أشارت الى ذلك فى معرض حديثها مع زوجها فلكى تقول له لا تهتم بالمجهود الذى أبدله من أجلك .. انه طبيعى وتأكد أنه يدخل الى قلبى السعادة . »

ان سامية تعنى ما تقول . ولكن حسن لا يفهم ما يختفى وراء عدم المبالاة هذا من حكمة وشجاعة فيستمر فى إعجابه الشديد بنفسه وبحزنه الشديد على شخصه لانه على حد قوله يتحمل المسؤولية وحده .

ولكن عندما تدق ساعة الصعوبات الحقيقية فان سامية وحدها هى التى تتحملها .. تتحملها بابتسامتها الحلوة .. تتحملها بتلك الشجاعة وتلك الحكمة اللتين لا تظهران الا عندما يجد الجد ويشهد الامر وتتحملها راضية غير غير متألدة .

انها ست بيت من الدرجة الاولى . فهى تستيقظ من الساعة السادسة صباحا ولا تنام الا بعد أن ينام كل من فى المنزل . واذا دخلت بيتها حسبته قصرا صغيرا . وهى تعنى بأولادها عناية الام الفاهمة لواجباتها . ويندر أن يسمع صراخها . وهى تلبسهم بنفسها وتشرف على مذكراتهم . وان أعمالها الكثيرة المتشعبة لا تترك لها الوقت الكافى الذى يسمح لها بالتفكير فى الصعوبات التى تكتنف عصرها أو فى مشاكل الساعة . واذا خلت لنفسها خمس دقائق أخذت كتابا أو قلمت أظافرها أو قصت قصة على أطفالها . ولما لم يكن لديها هموم كبيرة فانها لا تختزع لنفسها هموما . وترى أن لكل يوم همومه فلا داعى لأن تفكر فى هموم الغد .

ولكن زوجها على خلافها تماما . انه يتهمها بالسطحية والاستخفاف بمشاكل الحياة . لاشك أنه يحب زوجته ويقدر تفاؤلها هدهدها ولكنه لا يستطيع الا أن يرميها بالطفولة لانها فى رأيه لا تقدر المسؤولية حق قدرها . وهو يعتقد أنه بوصفه والدًا وزوجًا فانه لا بد أن يرسم على وجهه تلك التكمشيرة التى تنم عن المسؤولية التى يروح تحت ثقلها . وعندما لا تكون لديه هموم فانه يرى من واجبه أن يظهر بمظهر المهموم .

وقد تعود أن يكرر لزوجته ولاولاده تلك العبارة : « انكم

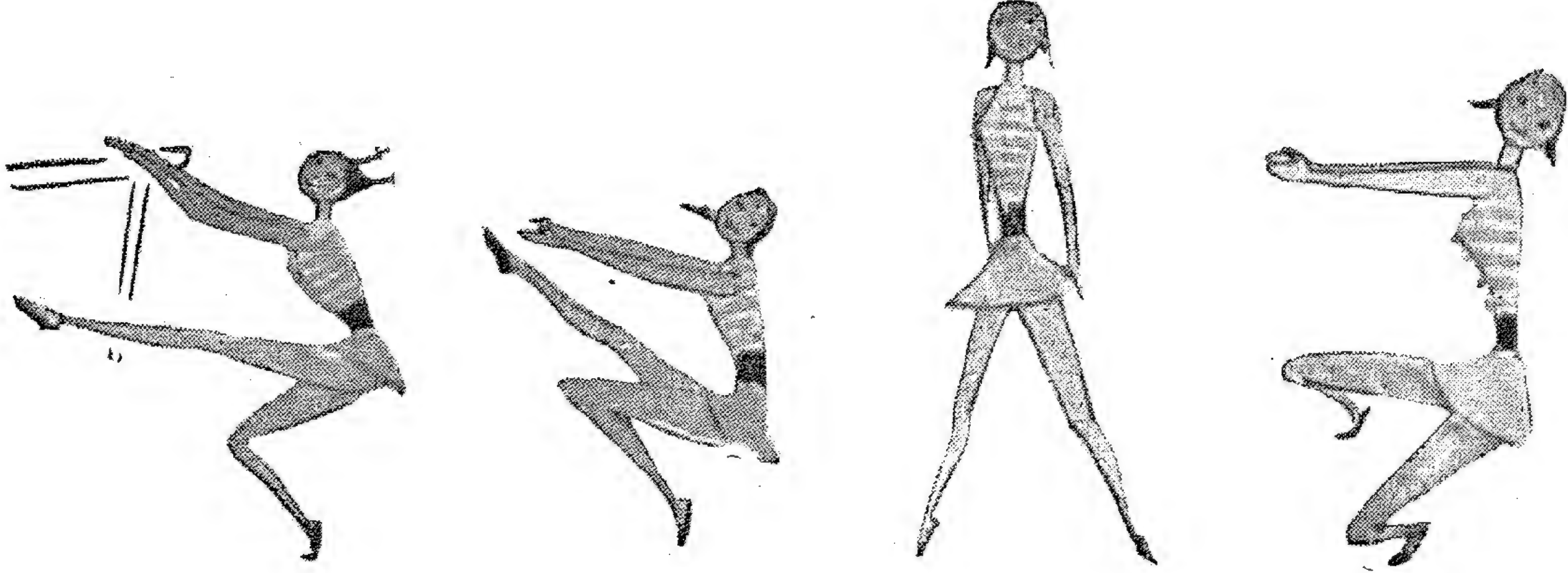


تكد لا ترى حسن الا وهو منحنى الظهر .. ان نظراته مليئة بالهموم . وان وجهت اليه الحديث فانه لا يجيبك فى الحال .. فلا بد من اعادة السؤال مرة واثنين وثلاث مرات وان ترفع صوتك .. انه يقفز حينئذ من على كرسيه وينظر اليك نظرة حاملة كما لو أنك انتزعته من حلم عميق . وكيف لا يكون كذلك وقد أنحنى ظهره تحت المسؤوليات التى يحملها . ولم تحاول زوجته سامية أن تسأله عن مسئولياته هذه الهامة جدا . ان تجارتها تسير من حسن الى أحسن والاولاد فى صحة جيدة . أما هى فهى الرقة بعينها لا تراها الا مبتسمة ولم يعرف الغرور طريقه اليها .

بنو النيل
مجلد فائز اجتماعية أدبية
نصير أول كل شهر
صاحبها د. شفيق
الدكتور د. شفيق
الإدارة: ٤٨ شارع قصر النيل - القاهرة
تليفون: ٤٩٦٦٨ - ٤٠٦٨٤
البريد الإلكتروني: ...
١٠٠ فى مصر والسودان
١٥٠ فى البلاد العربية
٢٠٠ فى الخارج : أرمينيا داريا

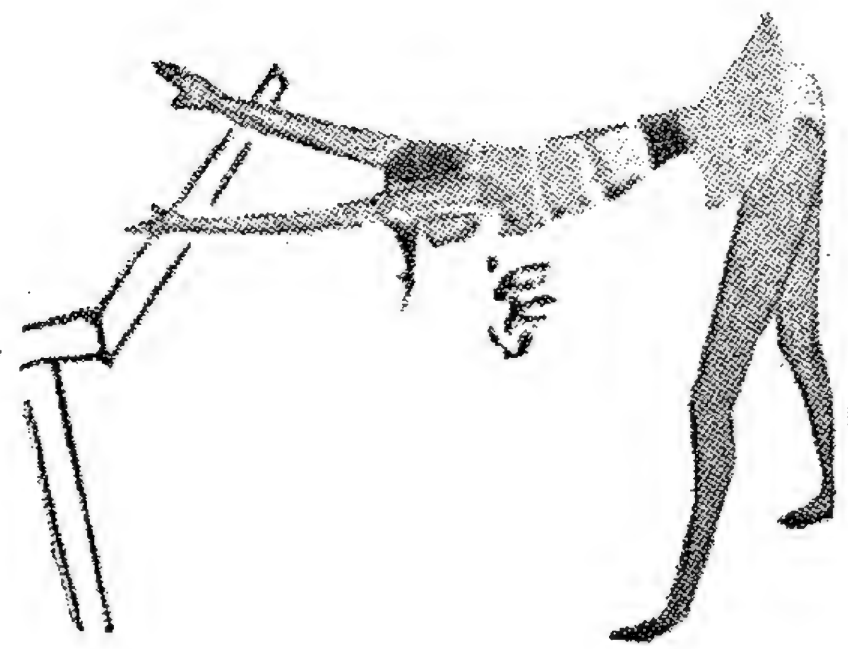
الموضحة تأمرى بعمل هذه التمرينات

ان موضحة هذا الصيف تحتم عليك أن تكونى رشيقة .. لاتقولى ان الكورسيه يغنيك عن القيام بالتمرينات الرياضيه المتعبه ، اننا لن نطلب منك أكثر من عشر دقائق كل صباح ، وهذا ليس بكثير



التمرين الثانى :

اتكئى على قطعة أثاث ، قومى بعمل الحركة السابقة بساق واحدة ، وان استطعت القيام بها بدون اتكاء كانت النتيجة أفضل .. كرريها عدة مرات .

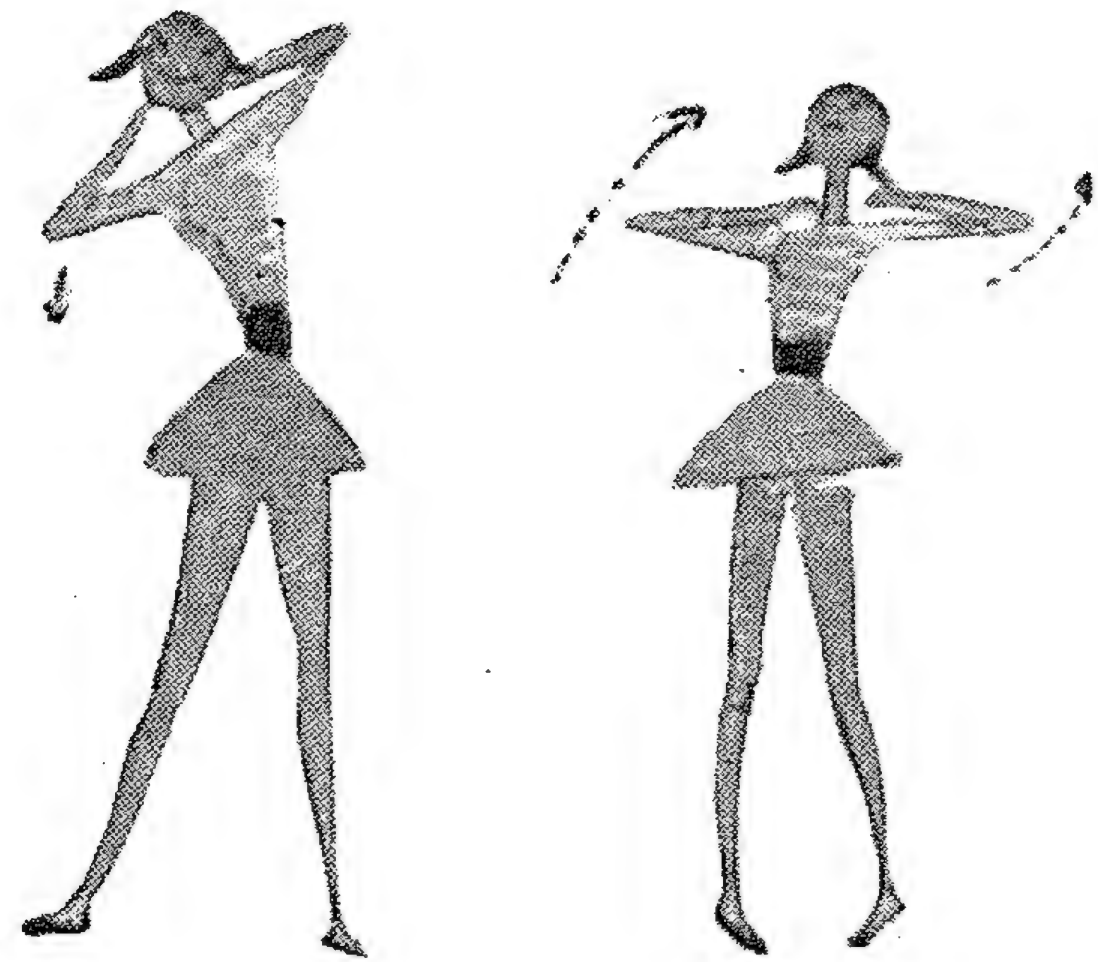


التمرين الرابع :

اتكئى على قطعة أثاث . ولتكن ذراعاك ممدودتين تماما ومشدودتين . اهبطى بصدرك فى اتجاه الارض فى حركة ايقاعية اهبطى بقدر الامكان دون أن ترخى ذراعيك ودون أن تشنى ركبتيك .

التمرين الاول :

قفى معتدلة ، ابعدى ساقيك بعضهما عن بعض قليلا ، ارتكزى على طرفى قدميك اثنى ركبتيك وكعباك مرفوعان ، عودى الى وضعك الاول كرريها عشر مرات .



التمرين الثالث :

ان هذا التمرين يجعل خصرك نجيلا . اسندى ظهرك الى الحائط . ضعى يديك على قفاك . ابعدى ساقيك بعضهما عن بعض . ثبتى قدميك ميلى بجزءك الى اليسار ثم الى اليمين (٢٠ مرة) .

هوليوود بلاد الجمال والاحلام

(بقية المنشور ص ١٣)

حتى ظهر فى فيلم أنشودة برناديت ، ثم أعيد الى المخزن فى انتظار فرصة أخرى للظهور .

ولعل أعجب ما فى مخزن العجائب أنه يحتوى على عدة قاطرات تاريخية أنشئت احداها سنة ١٨٦١ ، وقد ظهرت هذه القاطرة مع النجمة آن شريدان فى أحد أفلامها ، وتقول آن ان المتعة التى شعرت بها فى أثناء ركوبها هذه القاطرة كانت أحسن متعة فى حياتها ، ولم تشعر بمثلها فى أثناء ركوبها أحدث الطائرات والقطارات والسيارات .

هذا هو مخزن العجائب، أو صندوق الدنيا فى هوليوود الذى يعتمد عليه المخرجون فى خلق أجواء أفلامهم . . . وهوليوود كلها مخزن للعجائب ، وصندوق للدنيا . . . !



جانيت ماكنونالد

بالكتابة بذلك الى الشاب ، مؤكدة له ان ساعة جده ستكون حسب وصيته فى الحفظ والصون ، كما ذكرت له ما علمته منه أن هذه الساعة ظهرت قبل ذلك فى أفلام عدة ، ولكنها لم تكن فى وضع يلفت النظر كما كان شأنها فى فيلم ذهب مع الريح .

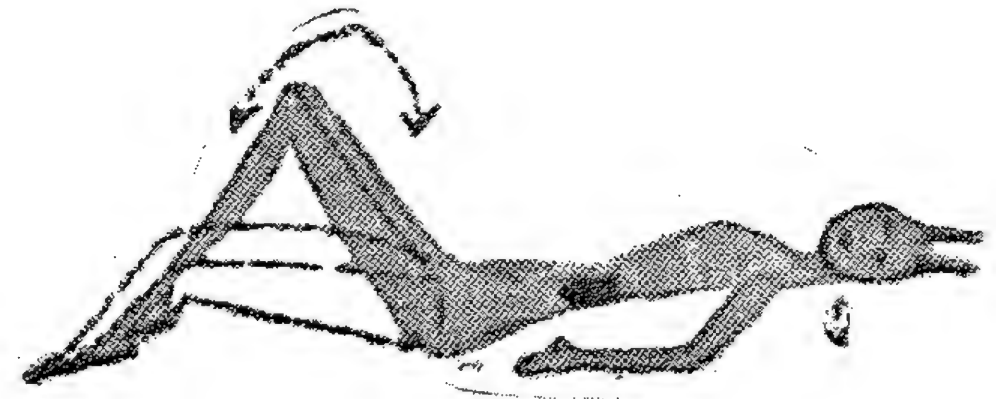
وفى مخزن العجائب صندوق الملابس الذى ظهر فى فيلم « أنشودة برناديت » المشهورة مع « جنيفر جونز » التى قامت فيه بدور فتاة قروية أصبحت فى مصاف القديسات بعد أن رأت السيدة العذراء فى قرية لورد بفرنسا ، وقد روت جنيفر انها كانت شديدة الاعجاب والاعتزاز بذلك الصندوق ، وذلك لانه كان فى وقت ما ملكا لأحد تجار فرنسا ، فلما مات كان فيما باعه ابنه من مخلفاته ، وما زال يتنقل حتى استقر فى أحد مخازن الامتعة المستعملة فى بلدة تولوز ، ومن هناك اشتراه سائح أمريكي وأخذه معه الى بيته فى « ولاية كونكتيكت » ثم فقد هذا السائح ثروته فى البورصة فبيعت ممتلكاته فى المزاد ومن بينها هذا الصندوق ، فطاف من مكان الى مكان حتى استقر به المطاف فى أحد محال التحف الاثرية بنيويورك ، ورآه فيه صاحب مخزن العجائب فاشتراه وبقي فيه سنوات

نرجو منك ان توالى ممارسة هذه التدريبات الرياضية التى وضعها اخصائيون فى التجميل . . لان فائدتها لا تظهر سريعا وانما بالصبر والتكرار تستطيعين ان تلمسى بنفسك مدى الفائدة والمرونة التى اكتسبها جسمك .



التمرين الخامس :

استلقى على بطنك . ارفعى صدرك وامدى ذراعيك الى الجانبين . قومي بعمل ١٠ دوائر صغيرة من الامام الى الخلف . استريحى واعيدى الكرة (٥ مرات على الاقل) احرصى على جعل ظهرك مستقيما وذقنك بالقرب من عنقك .



التمرين السادس :

استلقى على ظهرك . ضعى ساقا على ساق . امددى يديك على طول جسمك ، ساقاك وذراعاك على الارض . اخفضى عشرين مرة ركبتيك الى اليسار والى اليمين مع الاحتفاظ بالوضع الاصلى ما امكن ، ان هذا التمرين مفيد جدا للارداف الصغيرة

تاير من النيل الأبيض

عليها فوق الكم الأمامي
يجب احترام اتجاه نسيج
القماش . ويقص مرة ثانية
من بقايا القماش لعمل
الاسفل . ثم يفرد القماش
كله لقص الجونية توفيراً
للقماش .

أمام الجونية رقم ٨ :
يقص على القماش بعفرده .
يوضع اتجاه القماش جيداً
في مقابل الامام .

ظهر الجونية رقم ٩ :
يقص في القماش المفرد مع
وضع منتصف ثنية الظهر
على اتجاه نسيج القماش .
يجب عمل حساب
الخيطات والدخلات
والاورليه .

التركيب
في فتحة ياقة كل من
القطعتين الاماميتين ركبي
الياقة الامبيسمان رقم ٣ .

ظهر الكورساج رقم ٢ :
يحتوى الظهر على خياطة
ويقص حالا بعد الامام .

الياقة رقم ٣ : ان هذه
الياقة الامبيسمان تقص على
القماش المطوى حالا بعد
امام الكورساج وظهره .

البارمانتور رقم ٤ :
تقص أيضاً على القماش
المطوى ويوضع منتصف
الامام على اتجاه نسيج
القماش .

المنفاخ رقم ٥ : يقص
المنفاخ بالورب الكامل .
وهذا لا غنى عنه ليقوم
بدوره طبيعياً في فتحتى
الظهر والامام .

ظهر الياقة رقم ٦ :
يوضع في الوسط على ثنية
القماش . فهو من قطعة
واحدة .

الحلية رقم ٧ : يحصل الياقة الامبيسمان رقم ٣ .

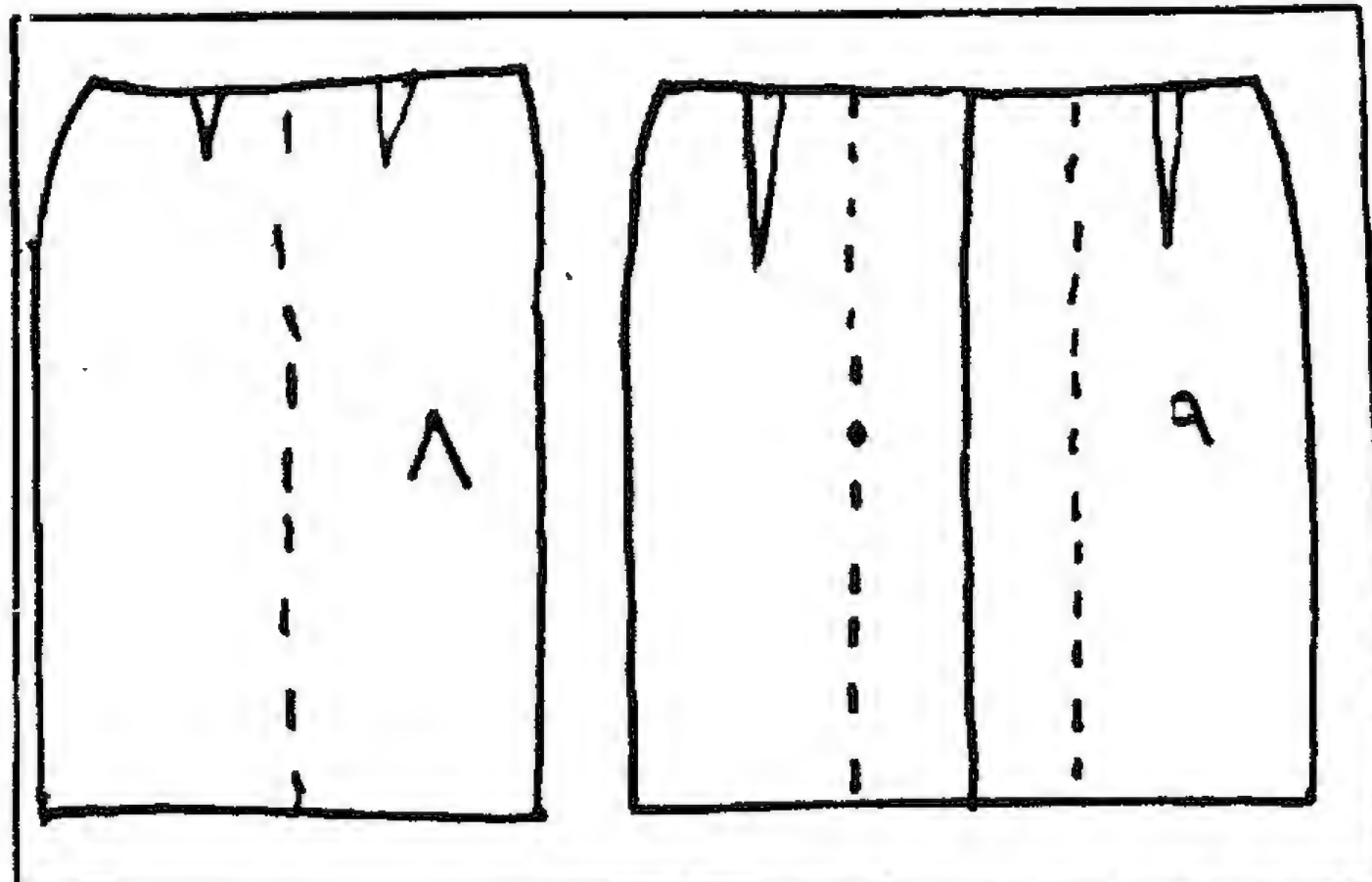
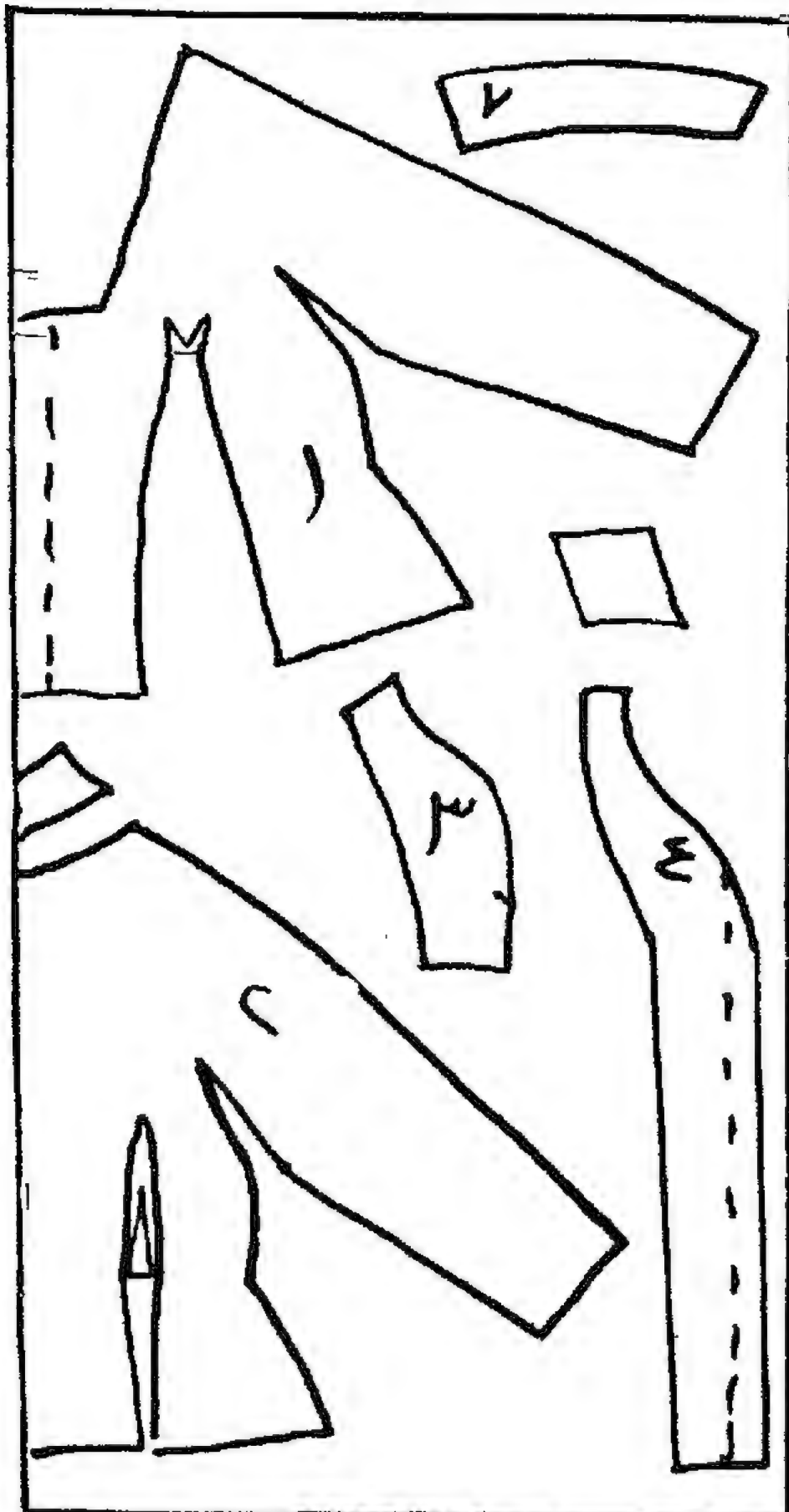


قطع بعضها يجب قصه على
القماش بعد طي الوجه على
الوجه .

امام الكورساج رقم ١ :
يقص على القماش المطوى
مع وضع منتصف الامام
على طول ثنية القماش الذى
يشق بعد ذلك .

تقدم لك بنت النيل هذا
التاير الابيض المصنوع من
التيل والذى يمتاز بكمية
الترواكار الكيمنو المنتهين
بقلاية . أما فتحة الرقبة
فقد طليت ببرواز مشغول
على نفس النسق الذى لحلية
الكمين . وتوجد بانسات
عند الحصر وعند الظهر .
الجونية عدلة بها ثنية من
الحلف . ويمكن تنفيذ هذا
الموديل بقماش مقلم على أن
تكون حلية فتحة الرقبة
وقلابتا الكمين فى اتجاه
معكوس .

لعمل هذا التاير يلزمك
متران ورابع من قماش عرضه
متر وأربعون سنتيمتر .
ويتألف البترون من ٩



باترونات آفر "جونيك اثيفت"

وتليق مع كل بلوزه تلبس عليها .

ولعمل هذه الجونية
يلزمك ٣٦٠ متر من قماش
الحرير عرض ٩٠ و الكمية
نفسها من قمماش صيفي
والأفضل أن يكون مخططا
بالطول .

ويتألف الباترون من أربع
قطع تقص على القماش
المطوي . واننا نلفت نظر
قارئنا الى أنهم يجب أن
يضعن قماشهن مفرودا
بطولين يبلغ كل منهما ٨٠
الوجه على الوجه والليزير
على الليزير ولكن مع احترام
اتجاه النسيج .

التفصيل

الظهر رقم ١ : يقص
أولا مع وضع منتصف الظهر
على طول ليزير النسيج .

الظهر رقم ٢ : يقص
تحت الاول مع وضع منتصف
الامام على طول ليزير الجهة
الآخري .

قاع الجيب رقم ٣ : يقص
الى جانب ظهر الجونية .

الخزام رقم ٤ : يمكن
قصه كما هو مبين بالرسم
وعلى قماش مطوي أو على



والان وقد قدمت لك بنت
النيل هذا الباترون لعمل
تاير ، يلاحظ أنه لا يستعمل
في كل الاوقات فلا يستعمل
في الصباح مثلا .

وبمناسبة فصل الصيف
نقدم لك باترونا آخر
للصيف من أحدث المبتكرات
جونيله واسعة جدا ذات
جيبين مشغولين في غاية
الاناقة مع أنها رخيصة
التكاليف بسيطة في مظهرها

اقفلي بانسه كل من قطع
امام الكورساج . اقفلي
بانسات قطع الظهر . اجمعي
في قطعة واحدة بخياطة
الوسط جزئي الظهر .
ركبي ظهر الياقة .

سرجي الظهر مع قطعتي
الامام بخياطات الكتفين
وتحت الذراعين والجانبين .
قومي بعمل بروفة أولى .
وبعد عمل التعديلات
اللازمة . قومي بعمل
الخياطات النهائية . ركبي
منفخاخ ماتحت اندراع .
سرجي البارمانتور الوجه على
الوجه خيطيه بعد البروفة .
اقلبيه . وعند قلب
البارمانتور على الظهر اعملي
العراوى .

ركبي القلابات اثنتين
اثنتين الوجه على الوجه
اقلبيها على الوجه وركبيها
في أسفل كل كم .

اعملي دخلة أسفل الجاكيت
بباجيه غير ظاهرة . اعملي
خياطات الحليات في
الامبيسمان وفي أسفل
الكمين .

الجونية : اقفلي بانسات
الامام والظهر . سرجي ثنية
الظهر . ضمي بخياطات
الجانبين انظر وأمام الثوب .
أتركى من ١٥ سم الى ١٨
سم فتحة في أعلى الجهة
اليسرى . خيطي نهائيا .
وعند الخصر ركبي جروجران
الوجه على الوجه ثم اقلبيه
الى داخل الجونية .

اعملي أورليه أسفل
الجونية . ركبي السوستة
في الفتحة المعدة لذلك .
خيطي كوبش الجروجران .
ركبي أزرار الجاكيت

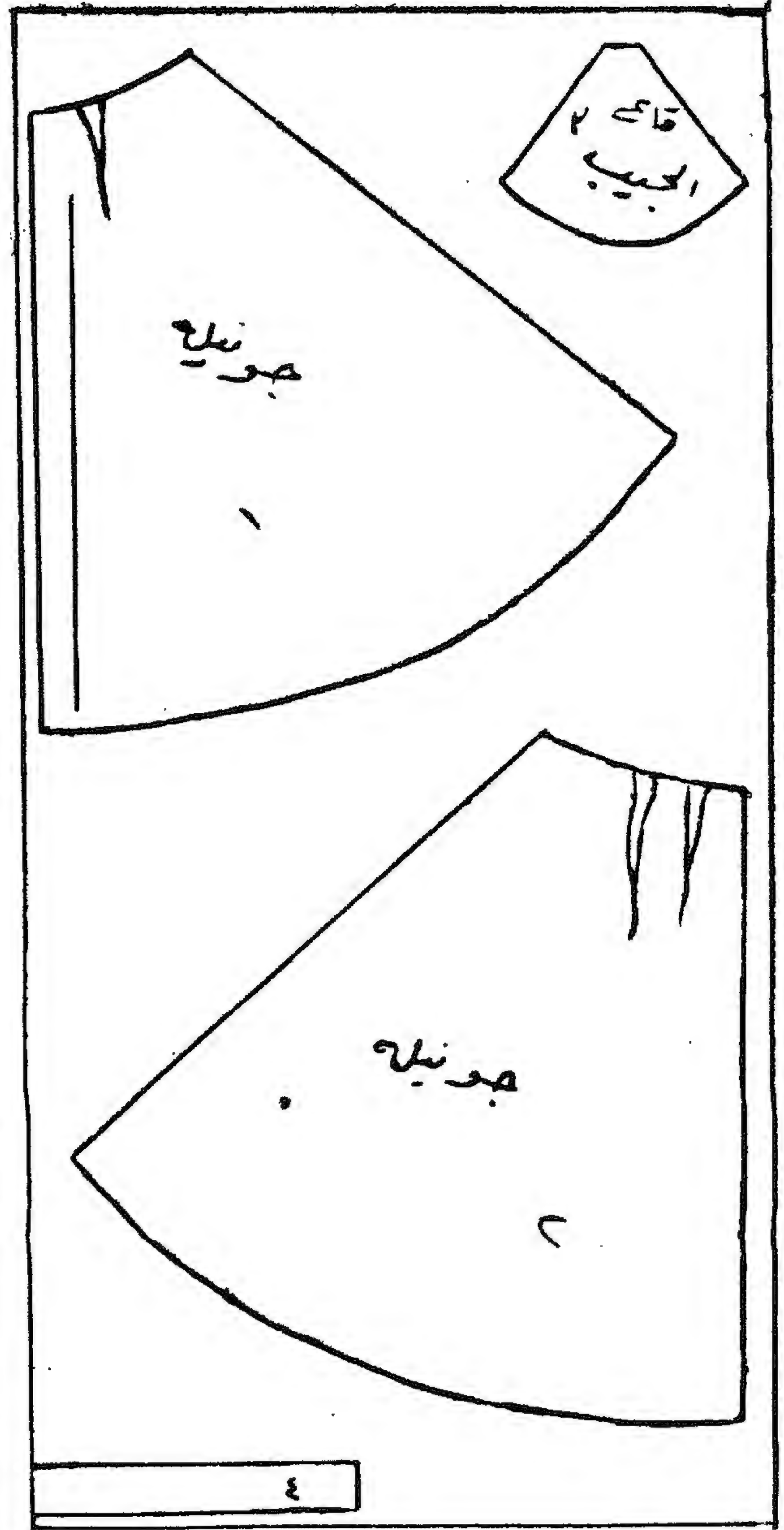
كوبون باترون بنت النيل

قدمي هذا الكوبون الى دار بنت النيل
٤٨ شارع قصر النيل بالقاهرة في المدة من ١٠ الى
١٥ من هذا الشهر . . تحصى على هذين البتروتين .
ملحوظة : اذا أردت أن نرسله لك بالبريد المسجل
.. ردى إلينا هذا الكوبون مصحوبا بطوابع بريد
قيمتها خمسة قروش مع ذكر الاسم والعنوان بخط
واضح .

للرجال فقط

- ♦ المرأة هي التي تثير في الرجل الرغبة في تحقيق آماله الكبيرة .. وهي نفسها التي تحول بينه وبين تحقيقها
- ♦ ينظر الناس الى الزوجة المطلقة في شك وريبة .. في الوقت الذي يحظى فيه الزوج المطلق بعطف النساء .. ولا سيما العوانس .. والارامل ؟
- ♦ النساء أقل حساسية بالالم من الرجال .. وأمرهم منهم في فن الحياة .
- ♦ ان الحماية الكبرى لشباب هذا الجيل أنهم لا يفكرون في السعادة الا من ناحية المرأة فقط !
- ♦ يبدو أن هذه الدنيا قد خلقت للمرأة وحدها ، واليك الدليل - يولد الرجل فيكون أول سؤال يسأله الناس هو عن حال الام .
- ♦ - وعندما يتزوج يتهامس المدعوون عن جمال العروس - وعندما يموت يتساءلون عما ترك المرحوم لزوجته
- ♦ قالت الزوجة « المودرن » لزوجها (لست نادمة على الزواج بك ولكنني كنت أتمنى أن نبادل الحب اطول مدة ممكنة قبل الزواج)
- ♦ قال الزوج : (انا حازم جدا في بيتي .. اذا أمرت زوجتي بشيء فلا بد أن تفعله .. والا نفلته بنفسى !)
- ♦ قال الطفل : (ابي رفض ان يعلمني العوم .. لانه كان قد انقذ والدتي من الفرق .. فتزوجها ..)
- ♦ قال روسو : لن اجد طعاما الا للمرأة التي تمضفها السنة غيرة .. !
- ♦ تحاول المرأة ان تكفر عن خيانتها بالدموع .. ولكنها تعود مرة أخرى اذا ما جنت

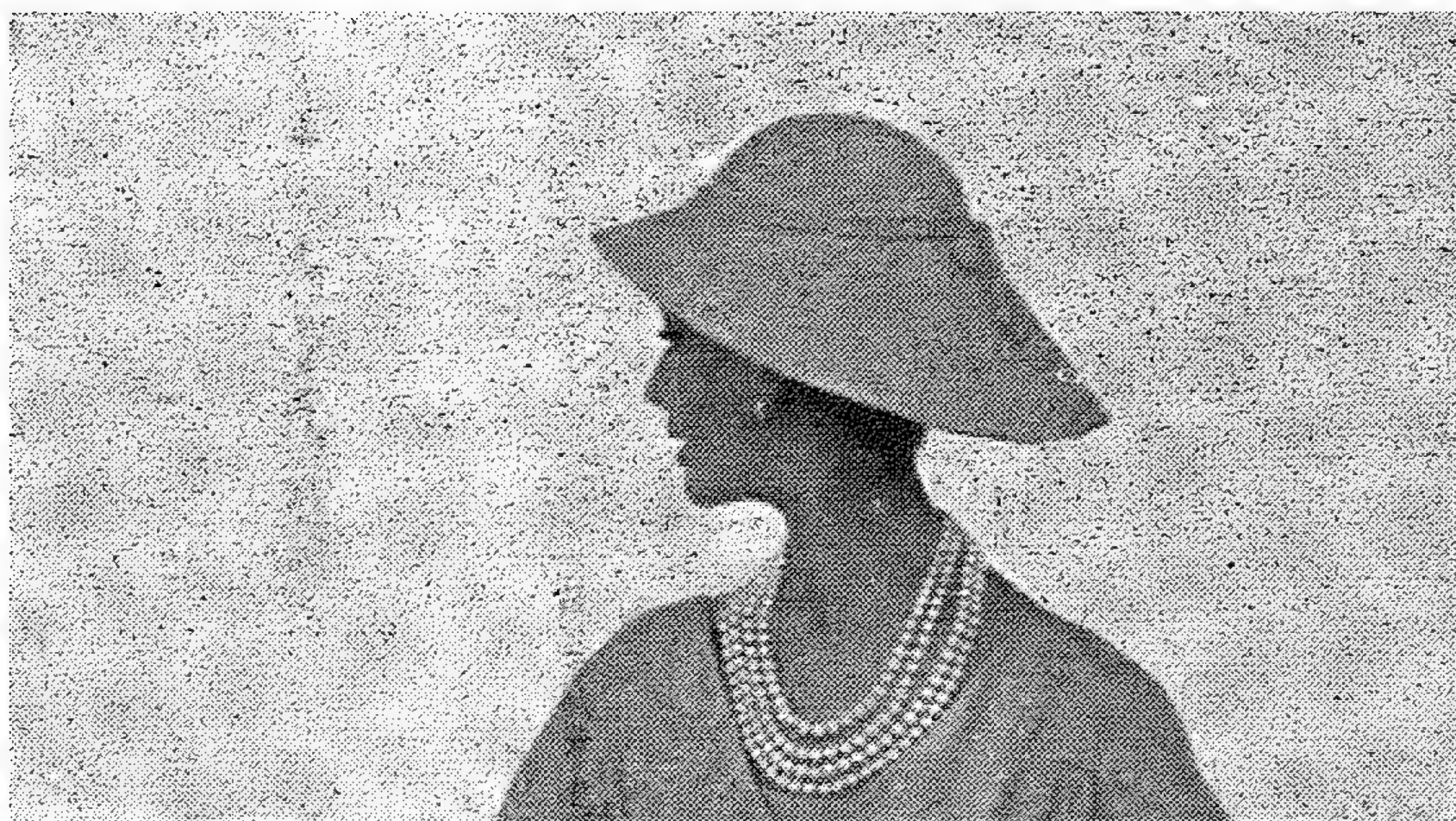
- ♦ قد تفلق الزوجة عينها عن اخطاء زوجها ، ولكنها تظل تراها بعينها الاخرى
- ♦ حينما يتزوج الرجل ، يخلق لنفسه « نافدا » دقيقا يلزمه في صحوه ونومه .
- ♦ الزواج ان تعطي نصف الطعام الذي حصلت عليه بعرق جبينك لمن يطهو لك النصف الآخر !
- ♦ عندما تفقد المرأة زوجها ، يركز الرجال انظارهم في وجهها ، اما النساء فيركزن انظارهن في ثيابها .
- ♦ تجد المرأة في ثوبها الذي تشتريه لها متعتين : متعة اختياره .. ومتعة تغييره !
- ♦ خلقت المرأة لكي يحبها الرجل .. لا لكي يدرسها ويفهمها
- ♦ اذا ظلمت تسأل زوجتك عما تريد .. تستاهل كل اللي يجراك !
- ♦ انك تغالط اذا زعمت أنك تعطي المرأة هدية بدون مقابل .. الا اذا اعتبرت قلبها « لا شيء »
- ♦ اذا أردت أن تحطم فوانيس الشارع دون جهد .. فعلم زوجتك قيادة السيارات !
- ♦ قالت الفتاة لصديقتها وهي غاضبة : أنظري الى « قلة ذوق » الرجال ما كدت ارفض الزواج به ، حتى أسرع يتزوج فتاة أخرى!
- ♦ قال الرجل الدميم الوجه لصديقه : كنت كلما قبلتها أغمضت عينيها .. وقد أدركت السبب أخيرا حينما رحت آمن النظر الى وجهي في المرأة ..
- ♦ اذا استطاعت المرأة ان تبكيك فانت طفل ! واذا استطاعت ان تضحك .. فانت فتى .. ! واذا لم تستطع ان تبكيك او تضحكك .. فانت رجل ! « بلزك »
- ♦ لو نال الرجال نساء الارض جميعا ، ولم يبق الا امرأة واحدة لاشتهاها !
- ♦ ان صورة اجمل امرأة راتها عيناك : لن تكون في مغيبتك سارة مرضية كصورة المرأة التي لم ترها قط .
- ♦ قالت الفتاة : في نهاية الخطبة بدأت اشعر بالملل من خطيبي ... ولذلك بادرت بانهاء الخطبة بالزواج



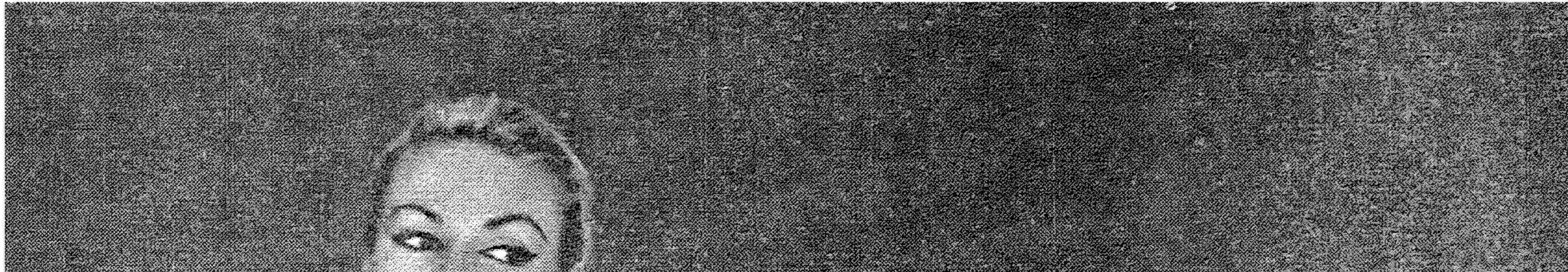
- ♦ قطعة واحدة على عرض النسيج أو من قصاصة بين قاع الجيب والجونيلا الامامية يجب عمل حساب الحياطات والاورليه والدخلات
- ♦ التركيب اجمعى جزئى الظهر بخياطة المنتصف . اعمل نفس الشيء عند جمع الجزئين الامامين بخياطة المنتصف . سرجى بانسات الظهر وبانسات الامام . اجمعى بالسراجة خياطات
- ♦ الجوانب الامام والظهر . ركبي أعلى الجونيلا على كوردون . وقومى بعمل أول بروفة بعد عمل التصميمات اللازمة ، ركبي الجونيلا بالحزام مع وضع الجزء الاسفل الوجه على الوجه . ارفعى الحزام وأطوى نصفه الى الداخل . وعلى الجانب الايسر اعمل حساب فتحة للسوستة . ضعى حينئذ ورب الجيب . ركبي قاع الجيب . اعمل الاورلية . وركبي السوستة .

فساتين مبتكرة للصباح وبعد الظهر

من مبتكرات أزياء الصيف لهذا العام هذه المجموعة من
الفساتين المصنوعة من الحرير والأرجندي
ويلاحظ أنها جميعا ذات أحزمة عريضة وقد عادت الى
الظهور في مودات هذا الفصل







أزياء الصيف

انت يا سيدتى لن تحتاجى هذا الصيف الى الجيبون المتسعة المشاة ولا الى المشدات التى تعوق الحركة فالفساتين لاتلتصق بالجسم بل تناسب رقيقة فى ثنيات ناعمة تضفى على القوام أنوثة محبة دون أن تظهر تفاصيله

أما الاقمشة المستعملة فهى الاقمشة الرقيقة التى تتمشى والمودة الجديدة وأهمها المسلمين والفوال والكريب بوجيت والاقطان الرفيعة، والألوان الغالبة هى الألوان الفاتحة البهيجة كالأزرق والوردى بأنواعه المختلفة والأحمر البرتقالى والأصفر الهادى والبنفسجى الفاتح والبيج والكحلى . ان اللون الاسود مازال يستعمل ولكن لم تعد له الأولوية والغلبة على بقية الألوان بل أصبح فى المرتبة الثانية .

فاذا نظرنا الى مختلف التصميمات فى هذا الفصل وجدنا البلوزون هو الغالب على الفساتين لجميع الاوقات والاكمام قصيرة كما نرى استدارة ظاهرة حول الأرداف وقد عادت الأحزمة للاستعمال بكثرة الا فى الفساتين الضيقة فيمكن لبسها بدون حزام . والطول يتأرجح بين القصير ، خصوصا فى الصباح ، الى الطويل الذى قد يصل الى رسغ القدم فى المساء .

ونرى الحرية واضحة أيضا فى التأثيرات فالجاكيت اما قصيرة جدا أو طويلة والجونلة ضيقة أحيانا أو متوسطة الاتساع أحيانا أخرى .

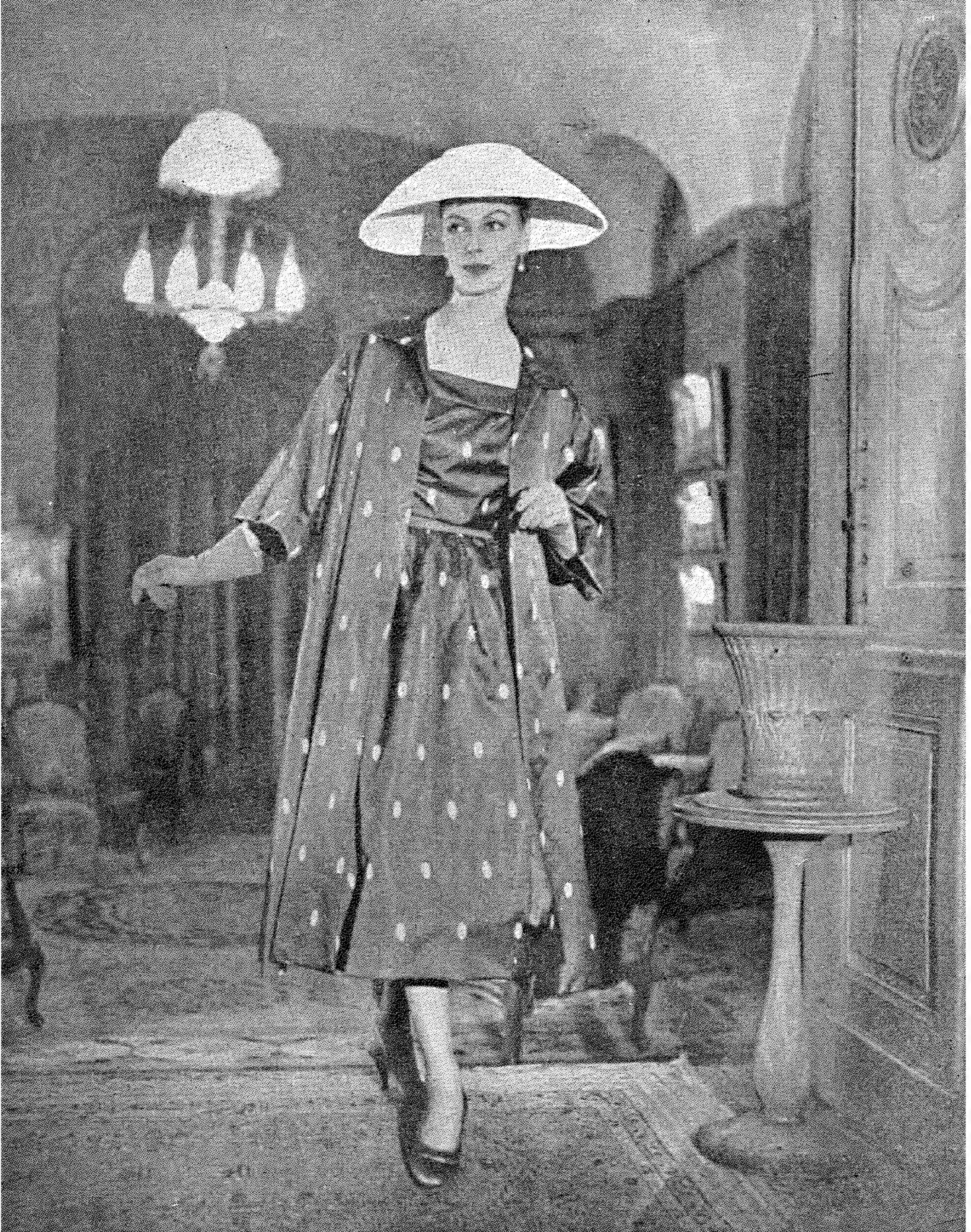
تشرف على هذا الباب : السيدة هيام الشريف



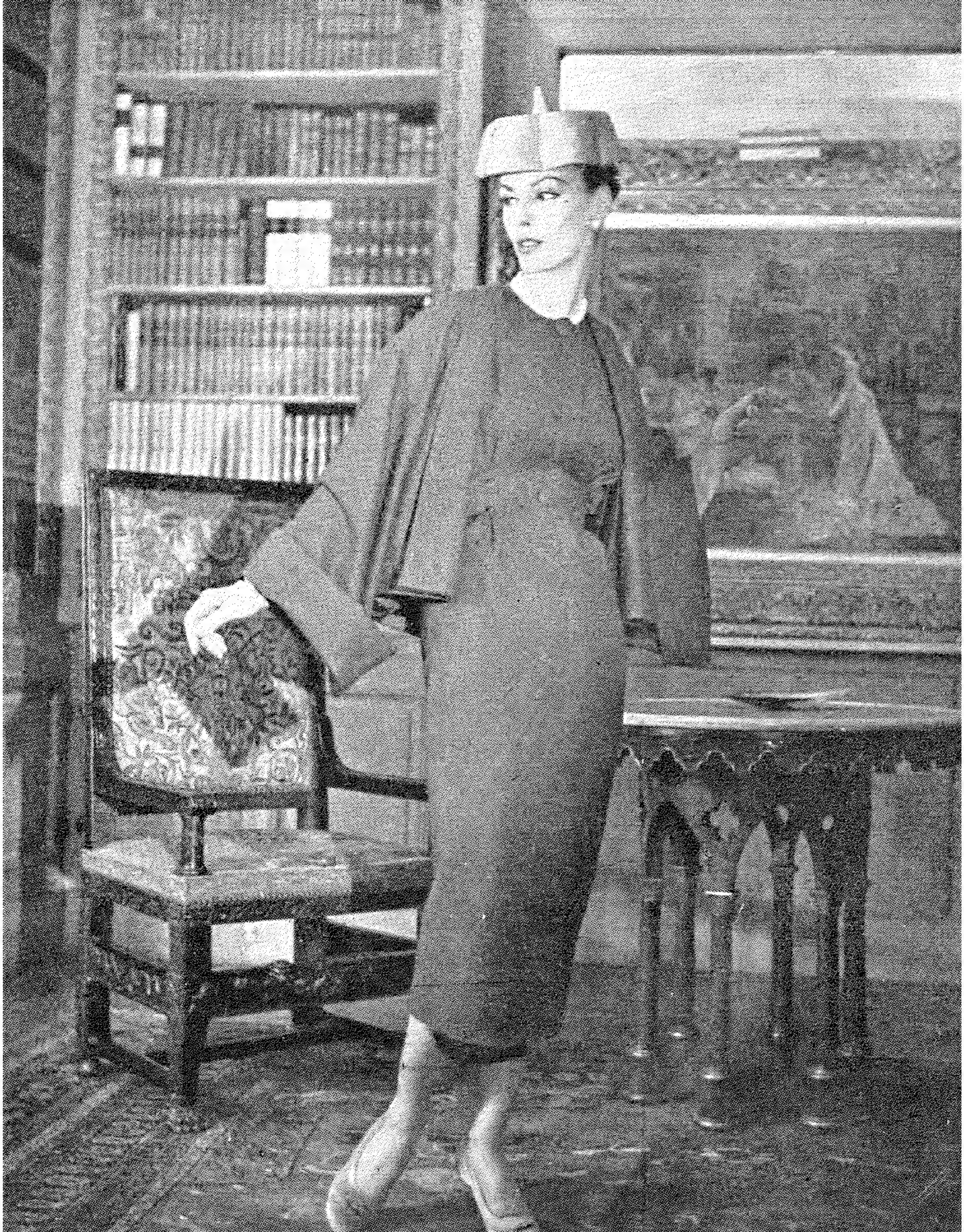


مودة الفستان والبالطو للصيف

على هذه الصفحة فستان لبعء الظهر من الحرير المنقط
فتحة الصدر فيه مربعة والجونلة بكشكشة خفيفة
يلبس معه بالطو من نفس القماش بياقة صغيرة
وأكمام رجلان

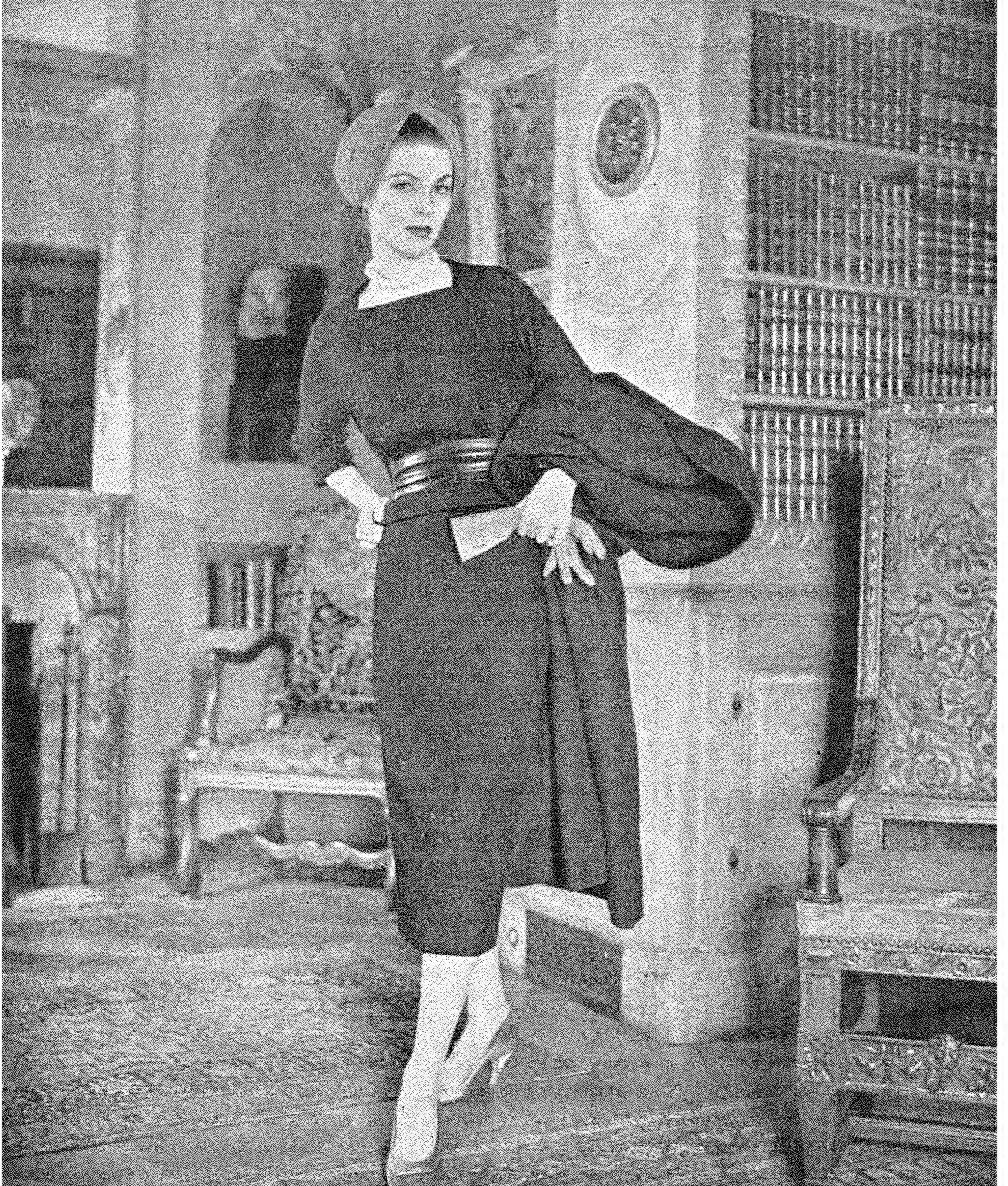


وهذا فستان آخر من مبتكرات الصيف لهذا العام
مصنوع من الحرير الرمادي ، الجونله فيه ضيقة
من الجانبين فيها حزام عريض يقفل من الخلف
والكولة صغيرة بيضاء ويلبس مع هذا الفستان جاك
قصيرة ذات أكمام كبيرة الاتساع





وهذا فستان من الحرير الاسود مكون من قطعتين على شكل بلوزة وجونلة الصدر مربع
والاكمام ثلاث ارباع الجونلة ضيقة متوسطة الطول والحزام عريض من الجلد ، ويلبس
معه قفاز من اللون الفاتح
وعلى الصفحة المقابلة فستان تتمثل فيه خطوط المودة الحديثة الاكتاف مستديرة
والجونلة متسعة حول الارداف ضيقة من أسفل أقصر قليلا من الطول المعتاد







فستان للسهرة من القطن المنقوش الاكتاف بحمالات
تشبه حمالات البنطلون



وهذا لبعء الظهر بدون اكمام من القطن المنقوش أيضا
والجونلة فيه واسعة بدون وسط

فستان للسهرة من الحرير
البنبي ، الجونلة واسعة
والصدر ضيق ديكولتيه
ويلبس مع شال أو ايشارب
من نفس اللون يغطي
الصدر والكتفين





فساتين للآنسات



فستان أنيق لحفلات العشاء من الدنتيل الرمادي بدون
أكمام ، فتحة الصدر باتو متسعة الجونلة ذات كسرات
ضيقة من أسفل الحزام ، عريض تحليه فيونكة من
المساتان

وهذا الفستان الكريب الرقيق مقفول الصدر
والأكمام ، طويلة وتنتهي بأسورة
الحزام عريض ، وتحلى الجونلة بنسات قصيرة



فساتين من الكريب

الكريب من الاقمشة الرقيقة
التي تصلح لمودة هذا الصيف
فقد استعمله مصمموا الازياء
كثيراً وعلى هاتين الصفحتين
نموذجين مبتكرين صنعاً من
هذا القماش أحدهما بأكمام
طويلة تحليه بنسات ، أما
الآخر فبدون اكمام والجونلة
كشكشة والحزام عريض
في كل منهما











☆ نجمة من هوليود تقول .. ☆

انت سر صحتك اسنانك
وجاها .. هو اسنانك
كل يوم معجون اسنان
دكتور ويست

سوزان ليو
كوكبة فوكس

وصل المعجون الأخضر (بالكلوروفيل)
وكذلك الأحمر .. كما وصل الحجم الصغير
٨٥.٠ علامة على المعجون ١ ١/٢ ٣
المعجون الوحيد الخالي
من الصابون والظباير

معجون وفرشاة الاسنان
دكتور ويست



القاهرة
١٥ شارع ابراهيم باشا
الاسكندرية
١٥ ميدونتين
٧٠٥٦٠
الوكلاء الوحيدون
شركة الجابري

وصلت موديلات ١٩٥٥ من

مواقد وأفران المطبخ

تعمل بالبوتاجاز



آر سي آيه

مزايها

- ضابط اتوماتيكي للتحكم في حرارة الفرن
- الفرن مركب بحيث يعزل الحرارة عن الخارج
- طبقة مضادة للصدمات
- ساعة كهربائية ذات جرس تبيخ
- ابواب زجاجية للفرن تغلق محدد
- معدن قوي موزع بنظام مدروس

الوكلاء الوحيدون

شركة الجابري

ابراهيم وسنين مبارك الجابري

القاهرة: ١٥ شارع الجمهورية ٤١١٥٩ / ٥٠٤١٨ / ٥٨٩٩١
الاسكندرية: ١٥ شارع سيدونتين ٢٧٦٨١

لبعد الظهر



تايير وفستان من التيل
الاسود لبعد الظهر فى أيام
الصيف

والجونلة فى التايير ضيقة
وفتحة الجاكت متسعة بـكول
كبير وتحلى من الامام بـصف
من الازرار ويلبس معه
حزام من الساتان الاسود ،
أما الفستان فضيق تعلوه
جاكت بلوزون تنتهى بحزام
عريض يربط فى فيونكة
رأسية ويحليها ثلاث أزرار
كبيرة

الموسلين لكل الأوقات



على هاتين الصفحتين مجموعة من الفساتين والبلاطى تصلح للصباح أو بعد الظهر صنعت
كلها من الموسلين المنقوش بعضها ضيق وبعضها متسع فى كشكشة أو ثنيات
والفستانان الثالث والرابع يظهران لأول وهلة وكأنهما فستان وبالطو ولكن الحقيقة
أنهما فستانان فقط ولكن تفصيلهما روعى فيها أن تكون للفستان جنتان احدهما
ضيقة تغطيها أخرى متسعة



فستانان للصباح

فى هذه الصفحة نقدم لك من مبتكرات هذا العام
فستانين للصباح ، الاول من التيل الابيض ، الظهر
بلوزون والاكمام رجلون ويحليه حزام من الجلد من
اللون البنى
والثانى من القطن يقفل من الامام بثلاثة أزرار ، الكم
تراواكار ويحلى جانبي الجونلة قطعتان من الدرايصة
يمسكهما عند الوسط حزام ضيق





على هاتين الصفحتين فستانين
من أجمل مبهكرات هذا
الصيف ، وقد صنع من
الاورجندى الابيض
الاول بقصة برنيس
والاكتاف عارية
والثاني بجوئلة درابية تحلى
وسطه فيونكه وفتحة الصدر
متسعة على شكل باتو





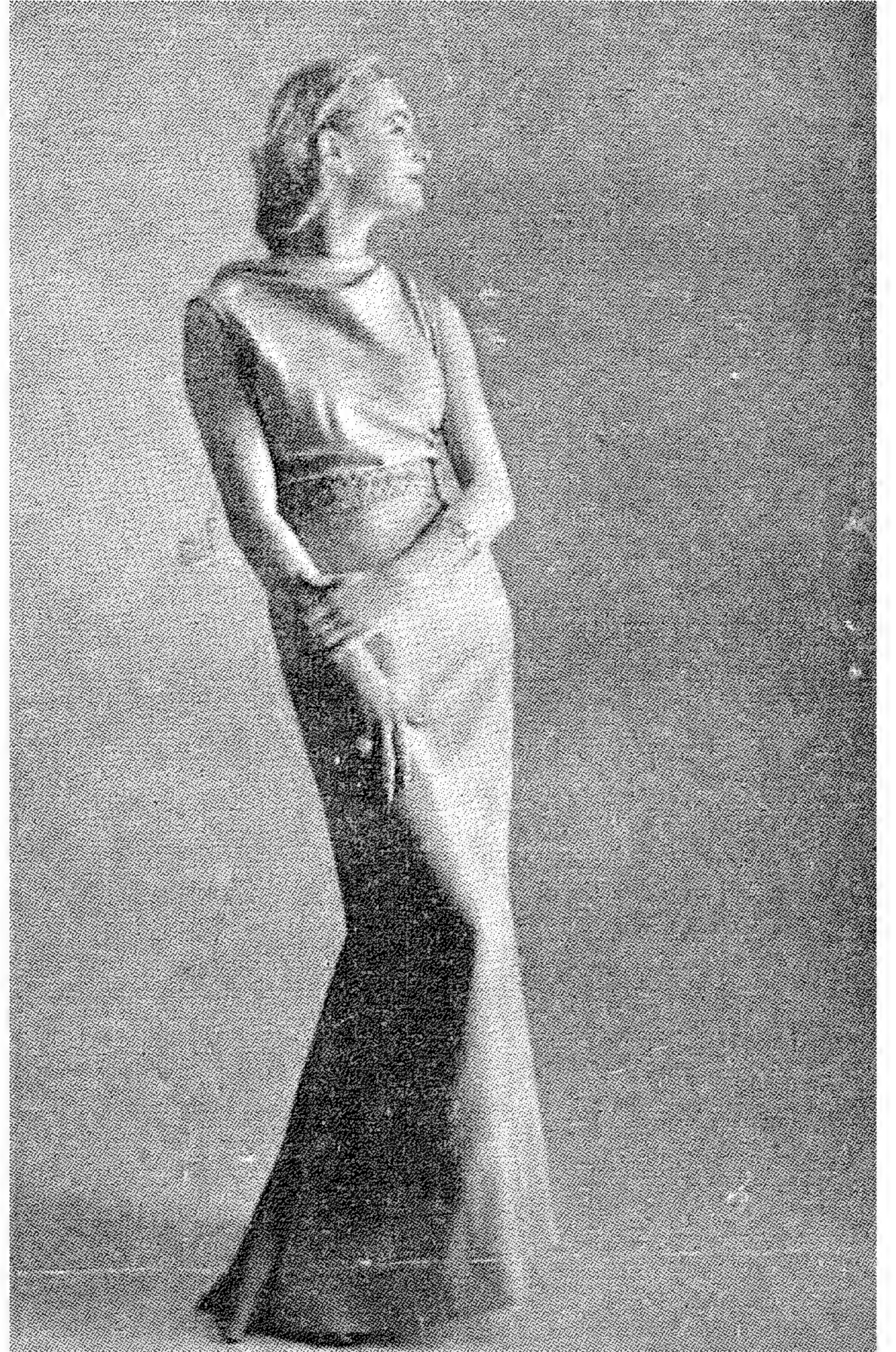
بلوزات الصيف

على هذه الصفحة مجموعة من البلوزات لفصل الصيف
بعضها يصلح للصباح ، وبعضها يصلح للمساء ، وقد
صنعت من أقمشة سادة ومنقطة ومقلمة وبعضها بكم
طويل وبعضها بكم قصير والبعض الآخر بدون أكمام



سواريجيات حديثة

نقدم لك مجموعة أخرى من فساتين السواريه والسهرة التي صحت لصيف هذا العام وقد جمعت كل خطوط المودة الحديثة فمنها الطويل والقصير ومنها ما يصل الى الكعب ومنها الضيق ومنها الواسع وقد صنعت من الاقمشة الحريرية أو الموسلين المنقوش







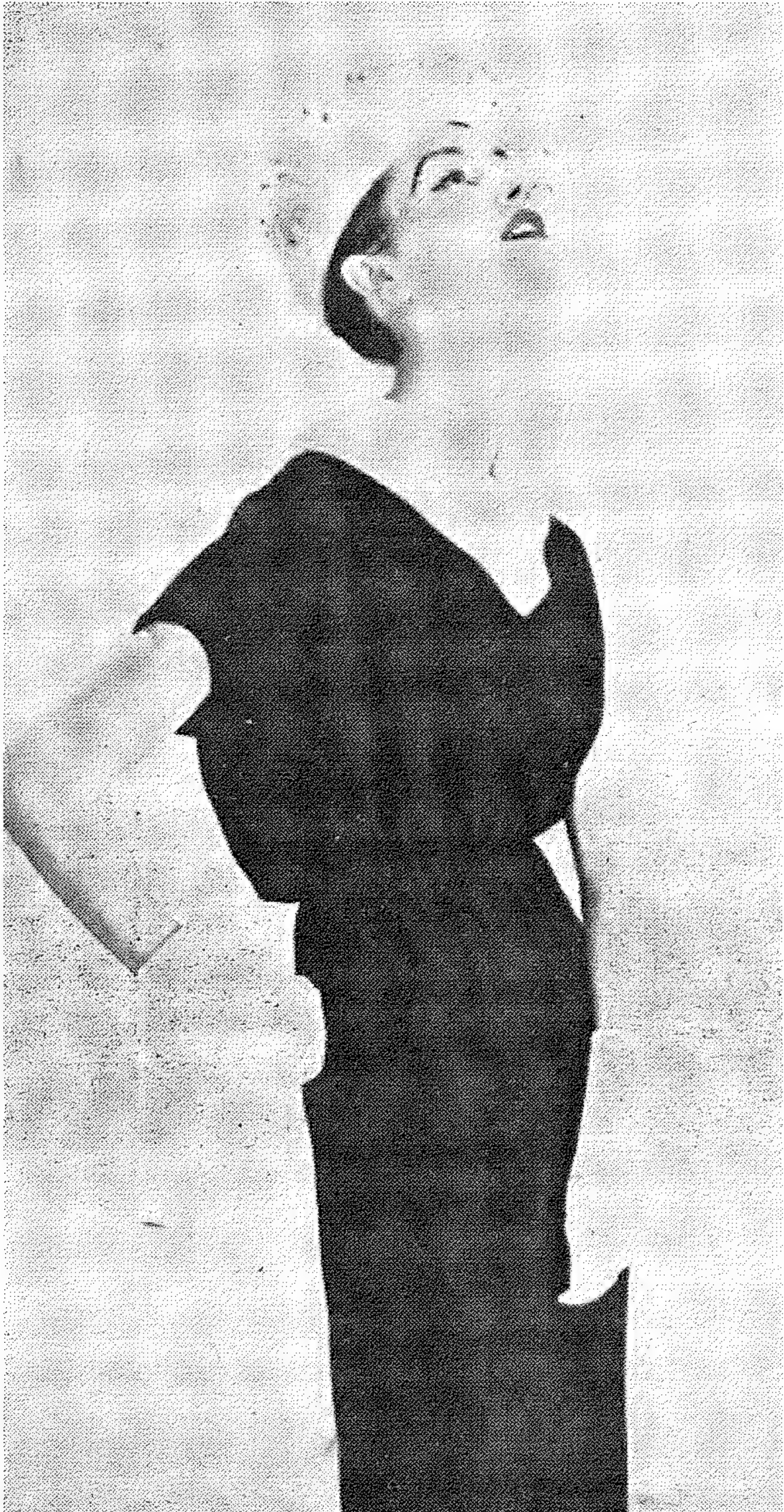


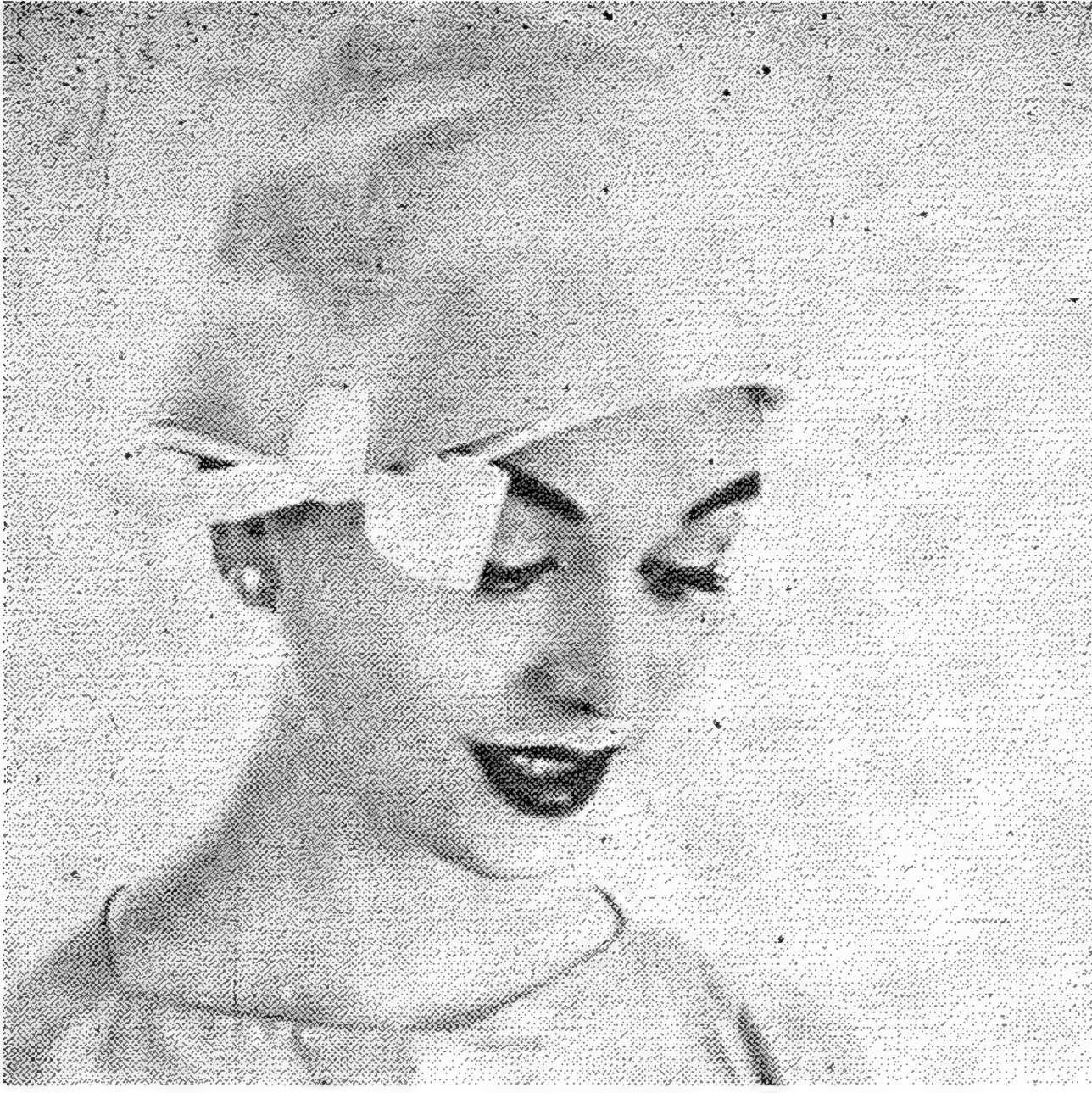
ومن المبتكرات الحديثة في مودات هذا العام
هذان التايران

الاول للصباح ، والثاني لبعض الظهر ،
ويلاحظ ضيق الجونله فيهما ، واستعمال
البلوزة مع تاير الصباح فقط
وهذا فستان لبعد الظهر يشبه البالطو
وهو من الحرير الابيض ، الصدر درابيه
مبتكر يحليه زراران من نفس اللون



اليك مجموعة حديثة لكل الاوقات اختير لها جميعا اللون
الكحل وكلفت باللون الابيض ، فاختاري منه مايلائمك
ويروق لك





هذه القبعة فانها تشبه طاقيه اولاد البلد عندنا فى مصر
وهى من مبتكرات القبعات لهذا العام



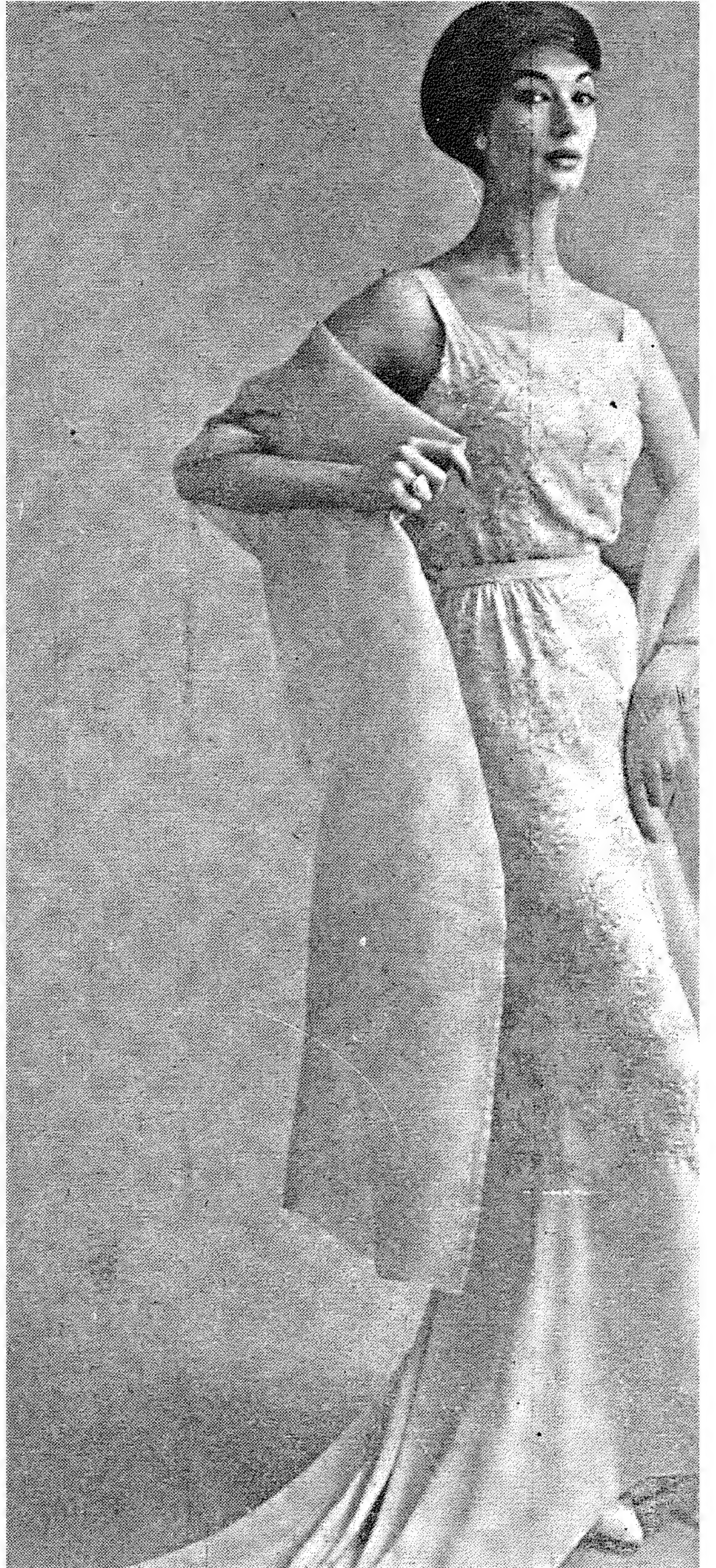
ما زالت الدنتيل تستعمل كثيرا في فساتين السهرات
القصيرة أو الطويلة
وعلى هاتين الصفحتين مجموعة من هذه التشكيلات
والابتكارات فاختاري ما يلائمك منها

مبتكرات اخرى للصيف
من الدانتيل الابيض والاسود





للسهرات والحفلات



مجموعة أخرى من فساتين
السهرات الطويلة لصيف
هذا العام وقد روعي في
تصميمها الضيق مع طول
الجونله من الخلف

والفستان الاول مشغول
بالحرز يلسن معه ايشارب
من الاورجنزا

والثاني من الحرير المنقط
بالابيض يحليه حزام
أبيض معقود على شكل
فيونكه

أما الاخير فمن الموسلين
الصدر درابيه تصل
أطرافه من الخلف الى نهاية
الجونله



مبتكرات
للأطفال



أحدث أزياء الصيف للأطفال
فاختاري لأطفالك بنوعك
ما يلائمهم



واحدت الجونلات للاطفال مع
 مجموعة من البلوزات الخفيفة
 والفساتين للاطفال في فصل
 الصيف

تحرص شركة مترو جولدوين ماير على أن تبدو نجماتها دائما في أحدث الازياء وأجملها ، لذلك أعدت باستديوهاتهما قسما خاصا لتصميم الازياء يضم أمهر المصممين وأكثرهم خبرة وعلى رأسهم هيلين روز .

وعلى هذه الصفحة اخترنا لك يا سيدتي مجموعة من ملابس لورين باكال نجمة مترو الشهيرة . وتضم هذه المجموعة نماذج مختلفة تصلح لكل الاوقات . فالى اليمين فستان كوكتيل أنيق من الفاي الرمادي والى أسفل ، فستان لبعء الظهر وتاير لفصل الربيع وبالطو مبتكر مخطط باللون الكحلي والرمادي والنبیدی .



فستان كوكتيل من الفاي الرمادي

من دولاب ملابس لورين باكال



تاير وبالطو مخطط



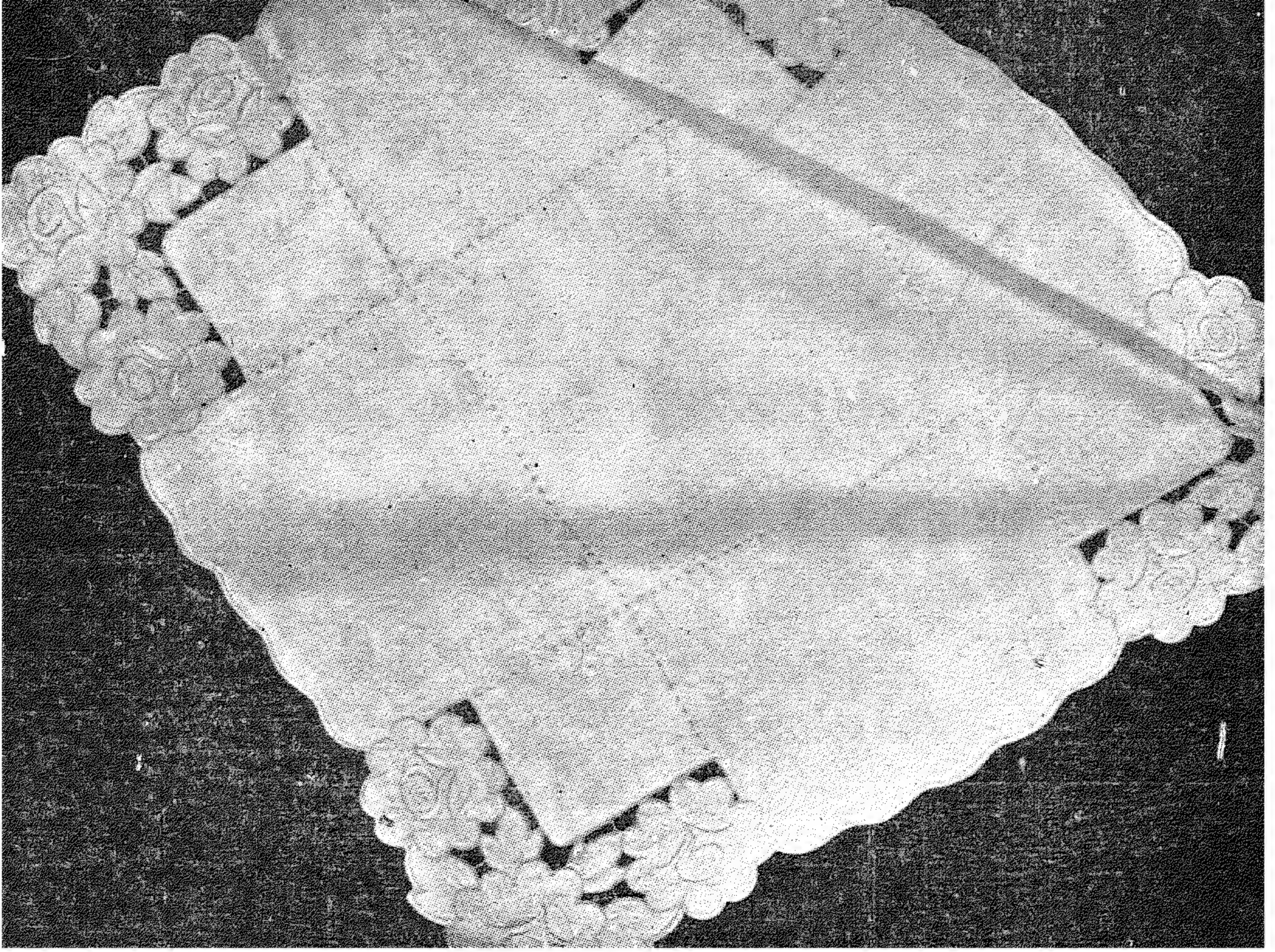
تاير لفصل الربيع



فستان لبعء الظهر

مظاہر فدا ہر

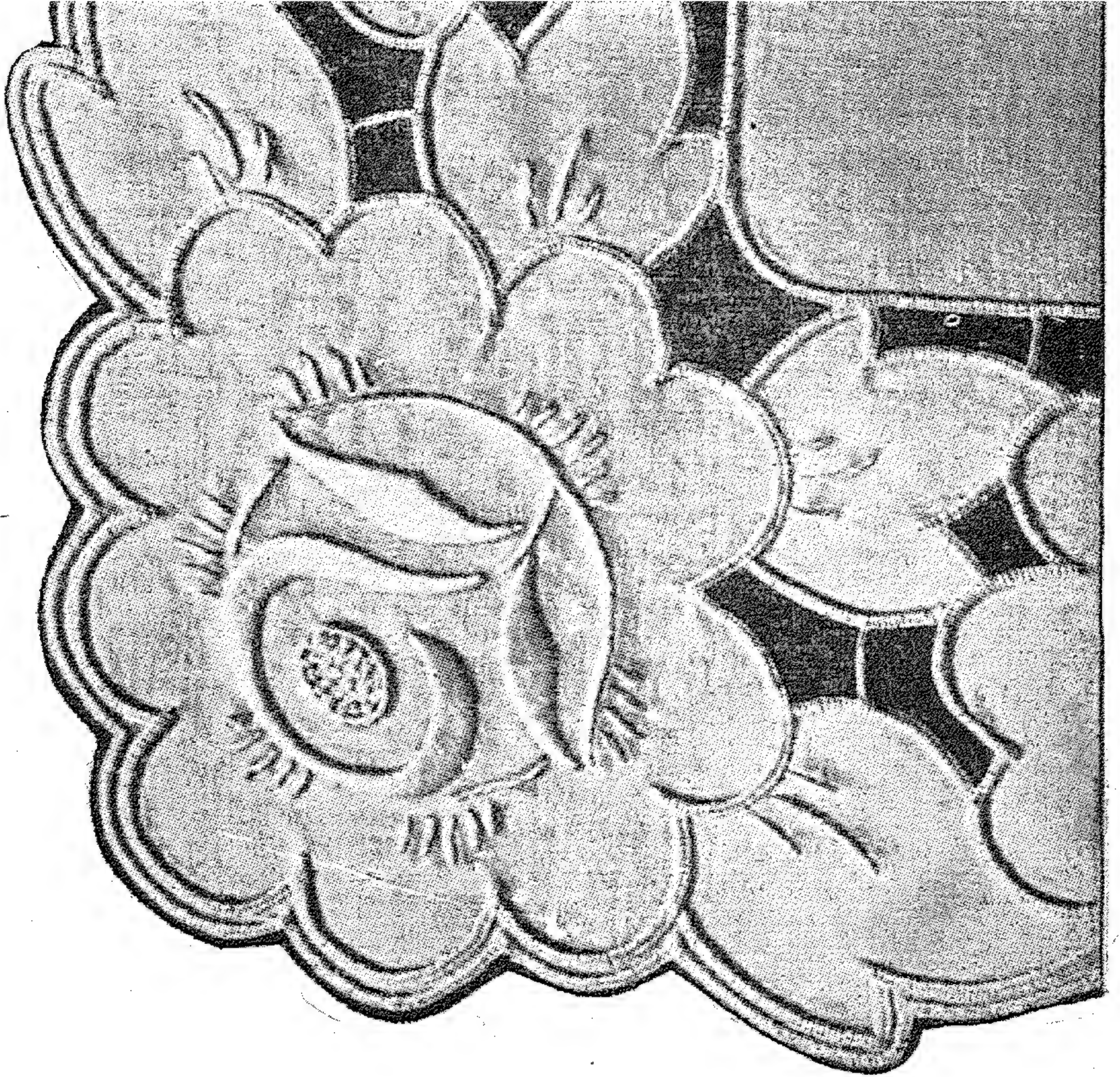
من ۲۱ مارس الی ۲۰ اپریل (ظہر):

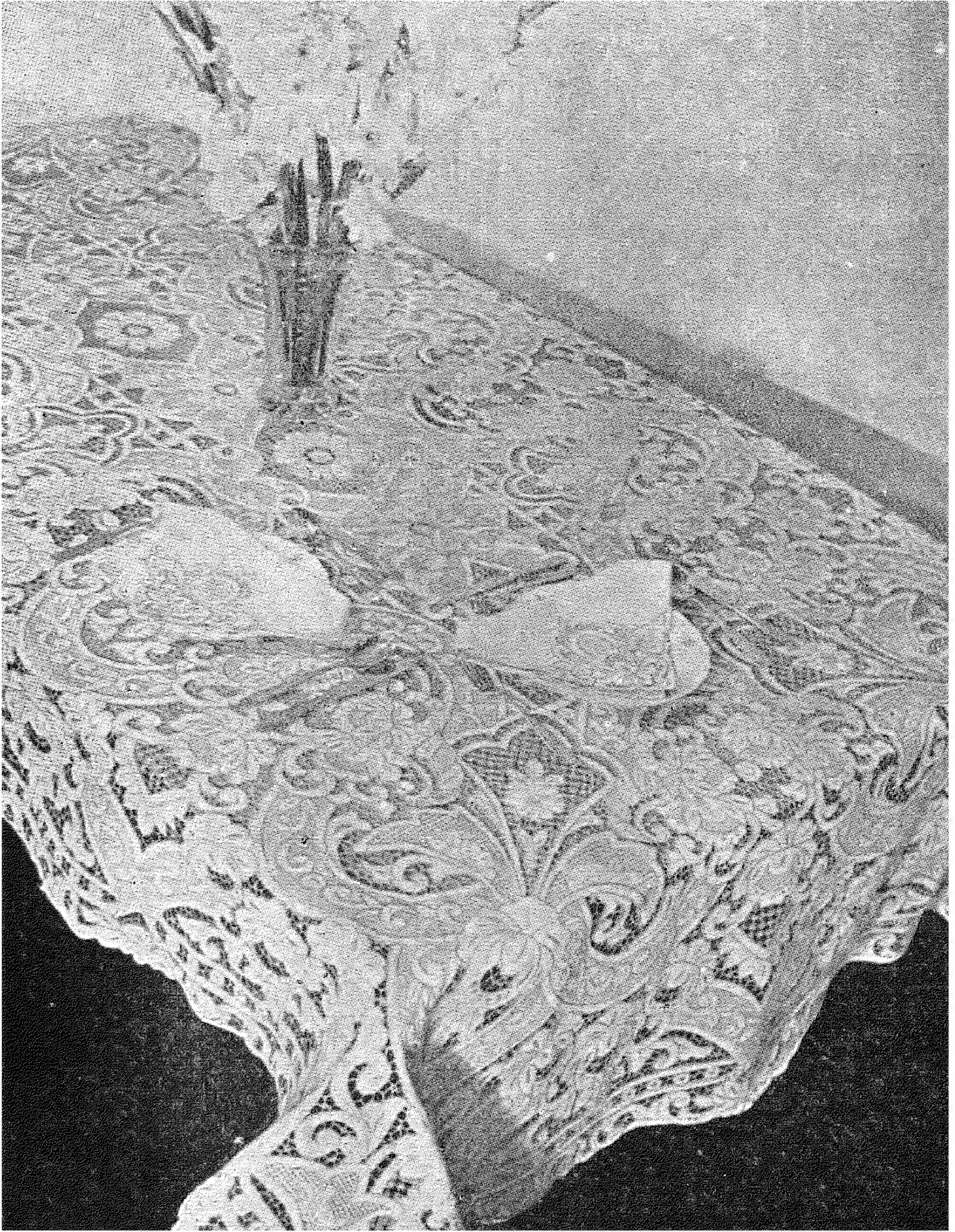


مفرش مربع من النيل الأبيض
يوضع في وسط المنضدة لتوضع
فوقه آنية الزهور الجميلة ، كما
يمكن استعماله لسبت العيش .

والمفرش مشغول من الأربع
أركان فقط . أما وحدة الرسم
فوردة متفتحة تتكرر ثلاث مرات
في كل ركن .

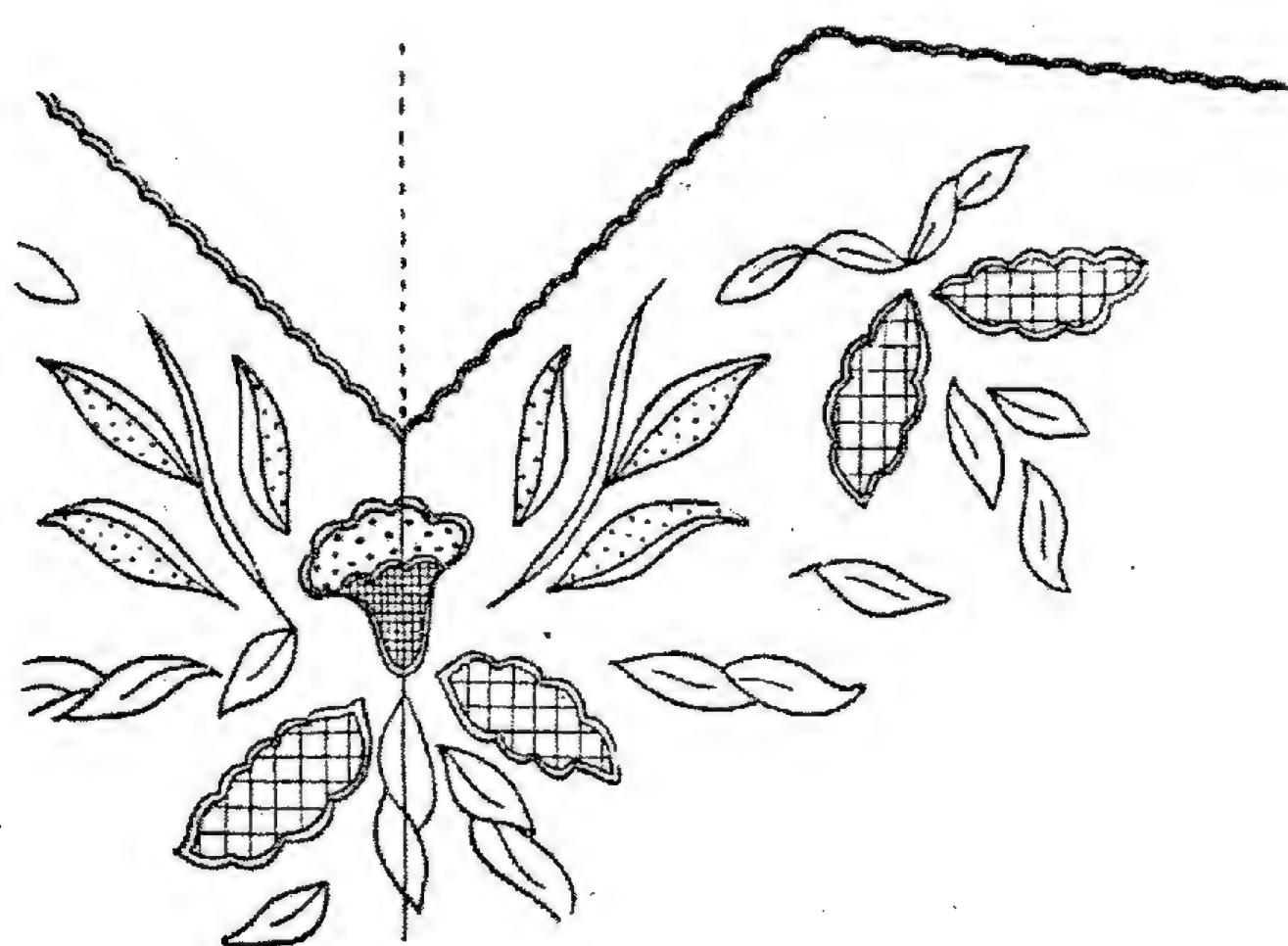
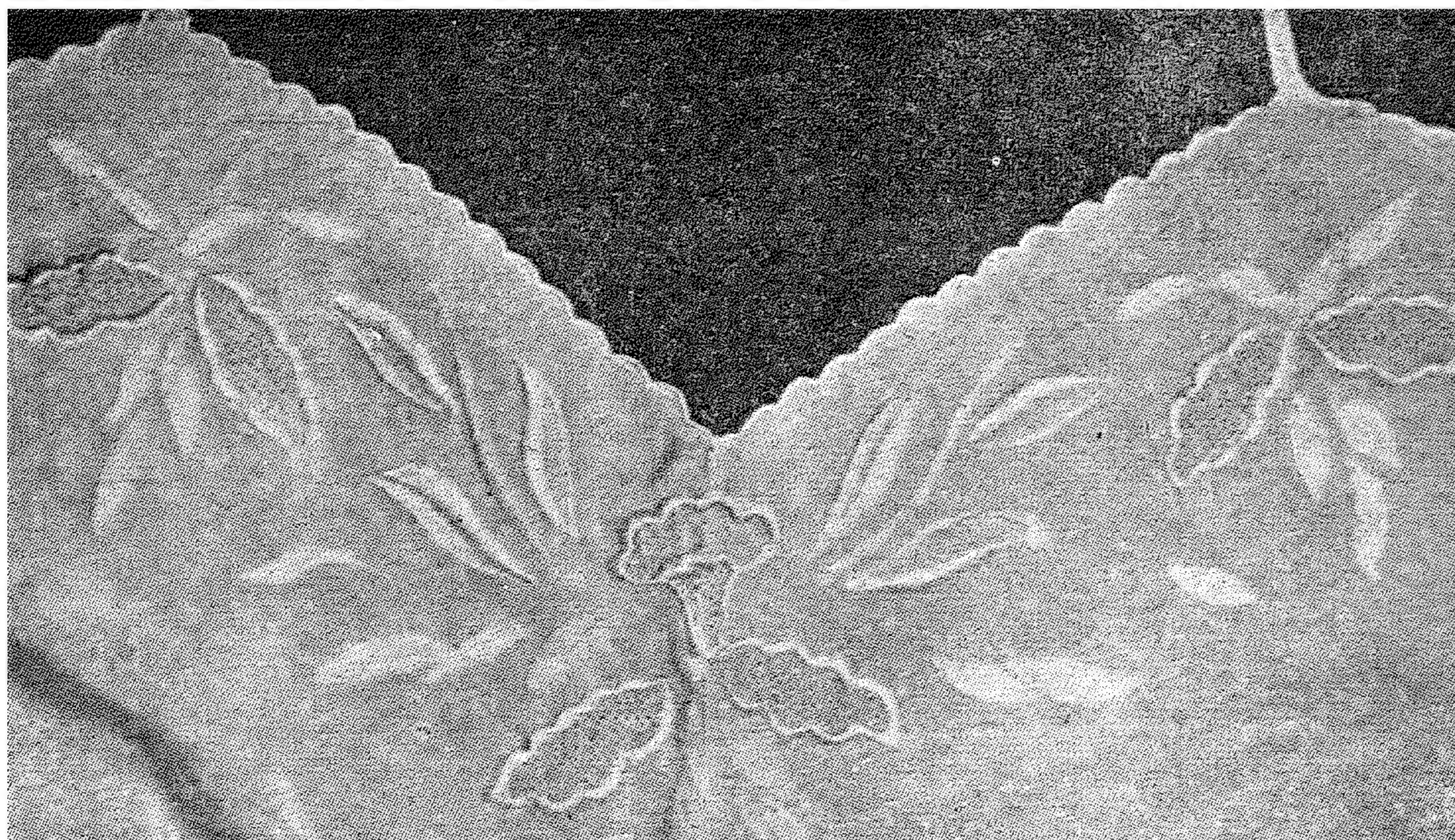
الغرز المستعملة ، كما هو
واضح في الرسم ، هي الفستون
لجميع الخطوط الخارجية . أما قلب
الوردة فتستعمل لشغله غرزة
الحشو و غرزة الفرع . وتصل
الاركان ببعض خطوط من الشلالة
يستعمل لشغلها جميعا المحيط
الابيض .





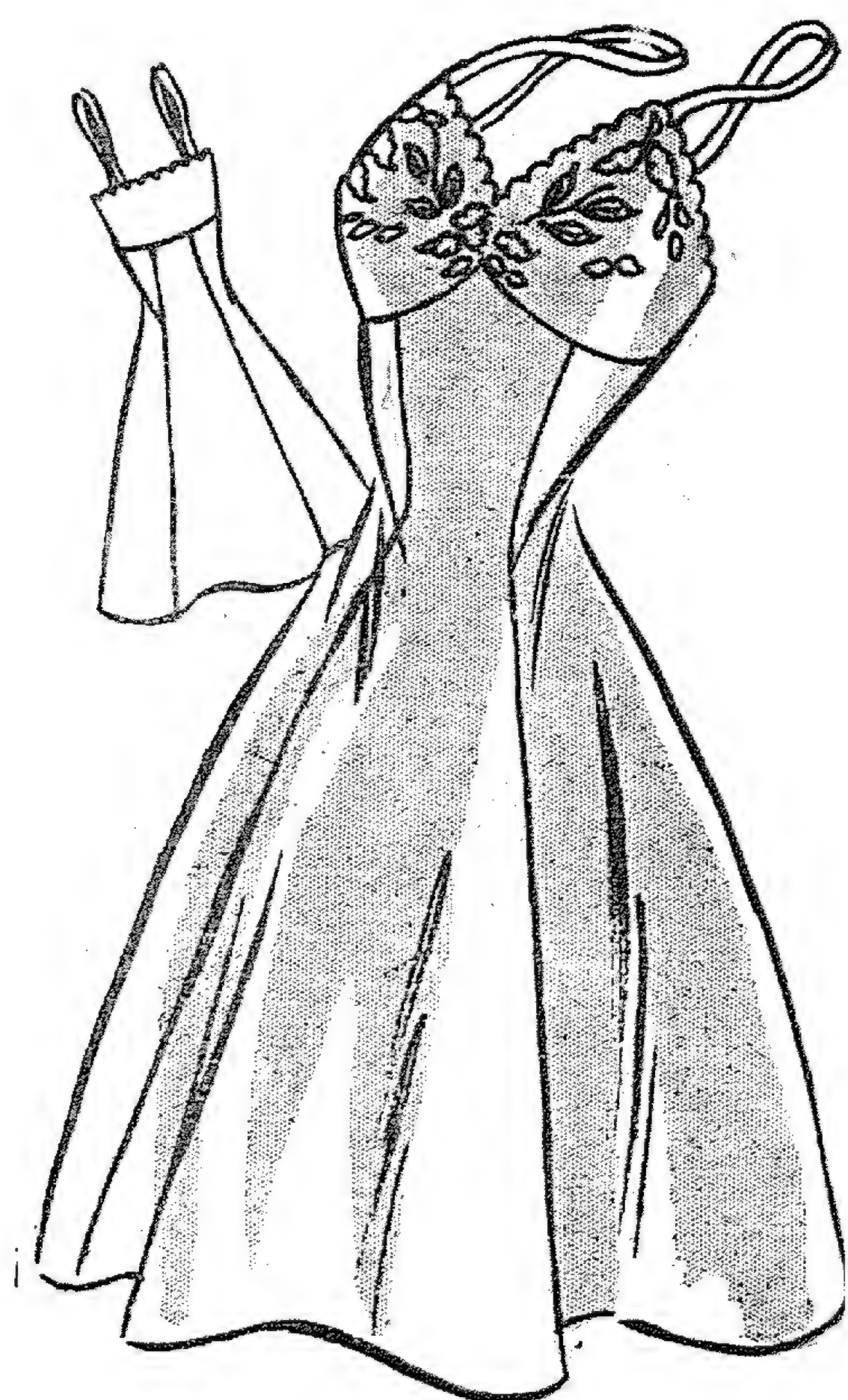
مفرش السفرة الذى نشر فى عدد يناير الماضى • نعيد نشر جزء منه مكبرا تلبية لطلب القارئات •
والمفرش مصنوع من التيل البيج او الابيض ومشغول بنفس اللون • تستعمل غرزة الفستون حول
الخطوط الخارجية للرسم ثم يقص القماش فى بعض الاجزاء كما هو واضح فى الرسم ويشغل فى الفضة
غرزة البليسيه • اما فى الداخل فقد ملأت غرزة النيل تيره القماش • وتستعمل غرزة الحسبو
والفرع لقلب الوردية •

ملابس داخلية للنوم وللتنزلة



وتتكون الرسمة التي تحلى الصدر من زهرة القرنفل في الوسط ثم بعض البراعم والاوراق تستعمل غرزة البلوميتيه حول الزهرة والبراعم . أما داخل البراعم وكأس الزهرة فيحشى بالاجور دون تنسيل الفتل . ويحلى الجزء العلوى من الزهرة ببعض النقاط . الاوراق بعضها مشغول بغرزة الظل والبعض الآخر بالحشو والنقط .

هذه الكمبيزون الرقيقة تصلح كلبس مع الفساتين البرنسيس كما تصلح كلبس مع الفساتين المتسعة الجونيلة . الجزء العلوى على هيئة سوتيان يحليه البرودريه . أما الجزء السفلى فيتكون من ثلاث قصات أمامية ومثلها من الخلف . وتستعمل لتركيب القطع ببعض البوان دى بارى . وينتهى دائرها السفلى ببييه رفيع .



الساعة ١٠ صباحا : وجبة
حبوب ثم صفار البيض ثم لبن .
الساعة ٢ بعد الظهر : خضار
مهروس ولحمه وفواكه وموز ثم
لبن .

الساعة ٢ر٣٠ بعد الظهر : زيت
مقوى وعصير برتقال ان لزم الامر .
الساعة ٥ر٥ بعد الظهر : يهيء
الطفل للنوم .

الساعة ٦ بعد الظهر : حبوب
ولبن .

وبعد وجبة غذاء الساعة السادسة
صباحا والساعة العاشرة والثانية
بعد الظهر يوضع الطفل في سريره
واذا كان الطقس ملائما يقضى فترة
نوم الصباح وبعد الظهر خارج
المنزل في النزهة ، كما يوضع
الطفل في سريره بعد وجبة الساعة
السادسة لينام نوما هادئا حتى
الصباح .

لبن الام مفيد ويهضم ويعطى اللبن
بعد الاكل الآخر الذي يجب ان
يبدأ به دائما غذاء الطفل .

البرنامج اليومي للطفل

الساعة ٦ صباحا : وجبة لبن .
الساعة ٨ر٣٠ صباحا : زيت
مقوى وعصير برتقال .
الساعة ٩ر٣٠ صباحا : حمام
يسبقه تمارين رياضية .



صحته

عندما يولد الطفل تولد معه
المناعة ضد كافة الامراض ، ولكن
هذه المناعة تزول عنه كلما كبر حتى
انه يفقدها تماما قبل بلوغه العام
الاول ولذا يجب على الامهات اعطاؤه
الحقن اللازمة ضد الدفتريا والجدرى
وغيرها من الامراض المعدية لاكسابه
المناعة اللازمة ضد هذه الامراض
وفي الشهر السابع أكثر ما يتعرض
له الطفل من امراض هو السعال
الديكي ولذا يجب عليك يا سيدتي
ان تطعمي طفلك ضده ولا تستهيني
به كما يخطئ البعض .

ومن ناحية أخرى قد تصل
خطورته لدرجة الموت ، ويعطى
للطفل الحقن طبقا لتعليمات الطبيب
وبمعرفة ويترتب غالبا على الحقن
ارتفاع درجة الحرارة عند الطفل
والتهاب حمل الابرة وهذا لا خطورة
منه .

وبلاحظ ابعاد الطفل عن كل
مريض حتى لا ينتقل اليه المرض
بالعدوى وهي سريعة الانتقال في
السعال الديكي .

غذاء الطفل ونومه

يجب ان ينام الطفل في هذا
السن حوالى أربع عشرة ساعة
يومية ولا تنسى أنه يجب ان ينام
بعد الغذاء ظهرا ولا بأس من ان
يقضى فترة نوم الظهر في العربة
خارج المنزل في النزهة ان كان
الطقس ملائما لذلك ، وبعد وجبة
غذاء الساعة السادسة يجب ان
يوضع الطفل في سريره وفي
غرفته ويترك نائما ولا تضحي مخدة
تحت رأس طفلك لان هذا الوضع
غير صحى ويمكن استعمال المخدة
ابتداء من سن السنة الثانية أو
الثالثة من عمره وغالبا ما يرفضها
الطفل لتعوده النوم بدون مخدة
وهذا أفضل صحيا .

اما غذاء الطفل فيستمر كما هو
مع ملاحظة الاكثار من اضافة انواع
الحضروات الجديدة والاكثار من
شوربة الخضار . ويعطى الطفل في
هذا السن الموز بكمية ضئيلة تزداد
يومية حتى تصبح موزة بأكملها .
وان كان عندك لبن لا تطفئى طفلك لان

لقد أتم طفلك العزيز شهره
السادس ودخل في السابع وهو
ملى بالصحة وقوة العود حتى انه
أصبح يجلس أحيانا دون أن يسند
ظهره الى أى شيء . وعليك يا
سيدتي أن تجلسيه في هذا السن
في الكرسي المخصص للاطفال عند
الطعام .

ويجلس الطفل حوالى ٣٠ دقيقة
على كرسيه دون أن يكون هناك أى
خطر ما دام مربوطا جيدا أو أن
هناك حاجزا من نفس الكرسي كما
هو الوضع في الكراسي المصنوعة
حصيصا للاطفال ، ولكن اذا وجدت
انه قعب من القعدة فلا بأس من
اعفائه من هذا التعب .

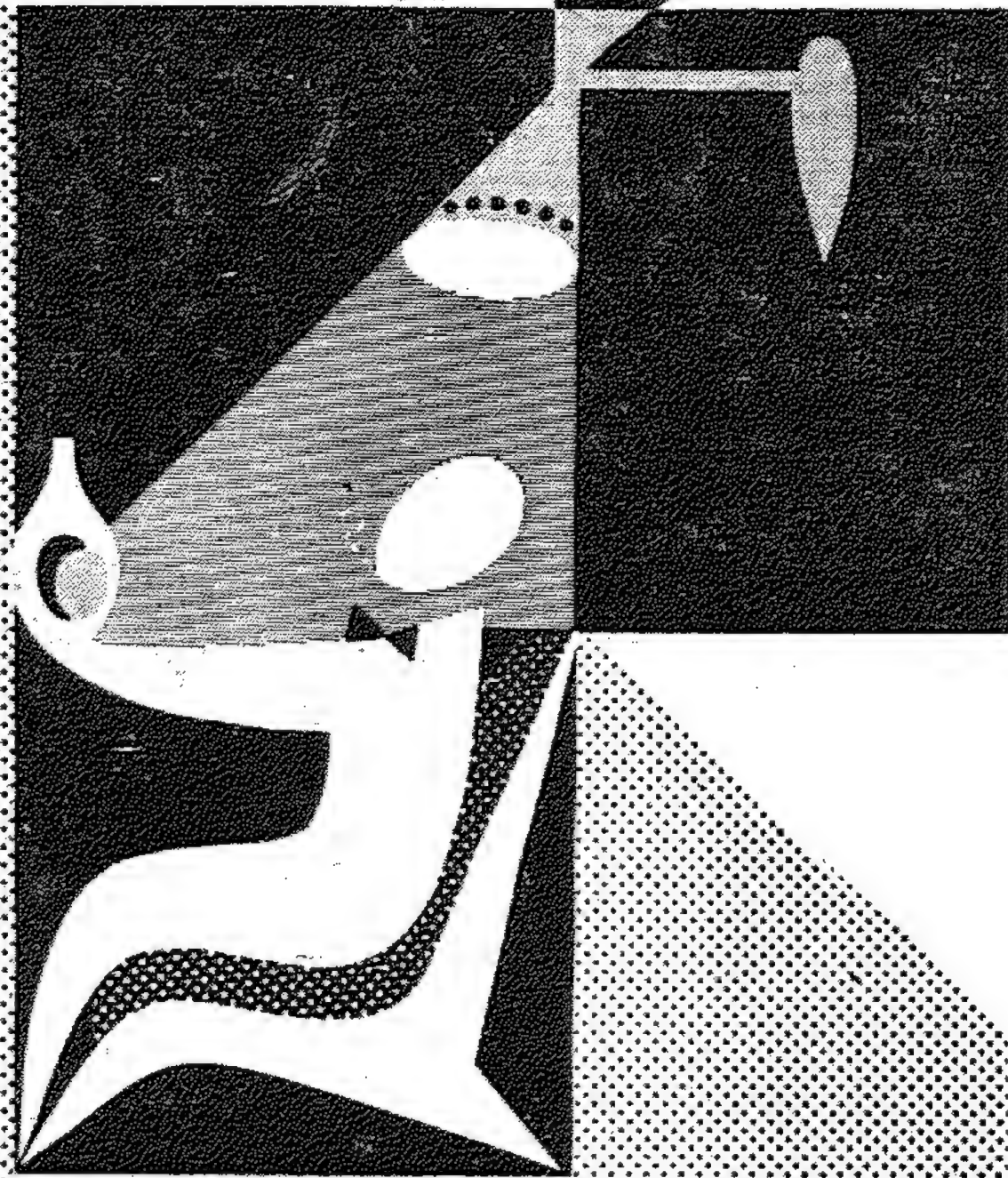
الأسنان

ما يلتفت النظر في الطفل في
هذا السن هو ظهور اسنان
صحيح انه منذ الشهر الخامس أو
السادس يبدأ في التسنين ، ولكن
ظهور اسنانه لا يكون واضحا الا في
السابع حيث تظهر السنتان
الاماميتان السفليتان ، وكثير من
الاطفال يتعرضون لارتفاع درجة
الحرارة عند شق السنة للثة أو
اضطراب في الهضم ويكون ذلك لمدة
قصيرة ، فاذا طالت هذه المدة فلا
تعتمد على انها الاسنان ، بل يجب
عرضه على الطبيب لمعرفة السبب
لان الاسنان لا تكون السبب الا
لفترة قصيرة .

وعادة الاطفال ذوو البنية السليمة
لا يتعرضون لاية اضطرابات اثناء
التسنين ويخطئ البعض اذ يظنون
أن الاسنان تسبب الكحة وبردا في
الانف وهذا خطأ اذ ان الاسنان لا
يترتب عليها هذه الحالة وظهورها
اثناء التسنين فبمحض الصدفة .
كما يخطئ البعض ويظن ان
التسنين في الصيف يتعب الطفل
ويولد له اضطرابات في الواقع ان
الطفل السليم الصحة لا يتأثر من
هذه العوامل .

وأهم ما يجب على الام ملاحظته
في طفلها حتى تكون اسنانه سليمة
قوية وتظل كذلك طول العمر هي
الاكثار من اعطائه الكلسيوم
والفسفور وفيتامين د والزيت
المقوى .

براغ - تشيكوسلوفاكيا
من أول مايو إلى ١٥ مايو ١٩٥٧

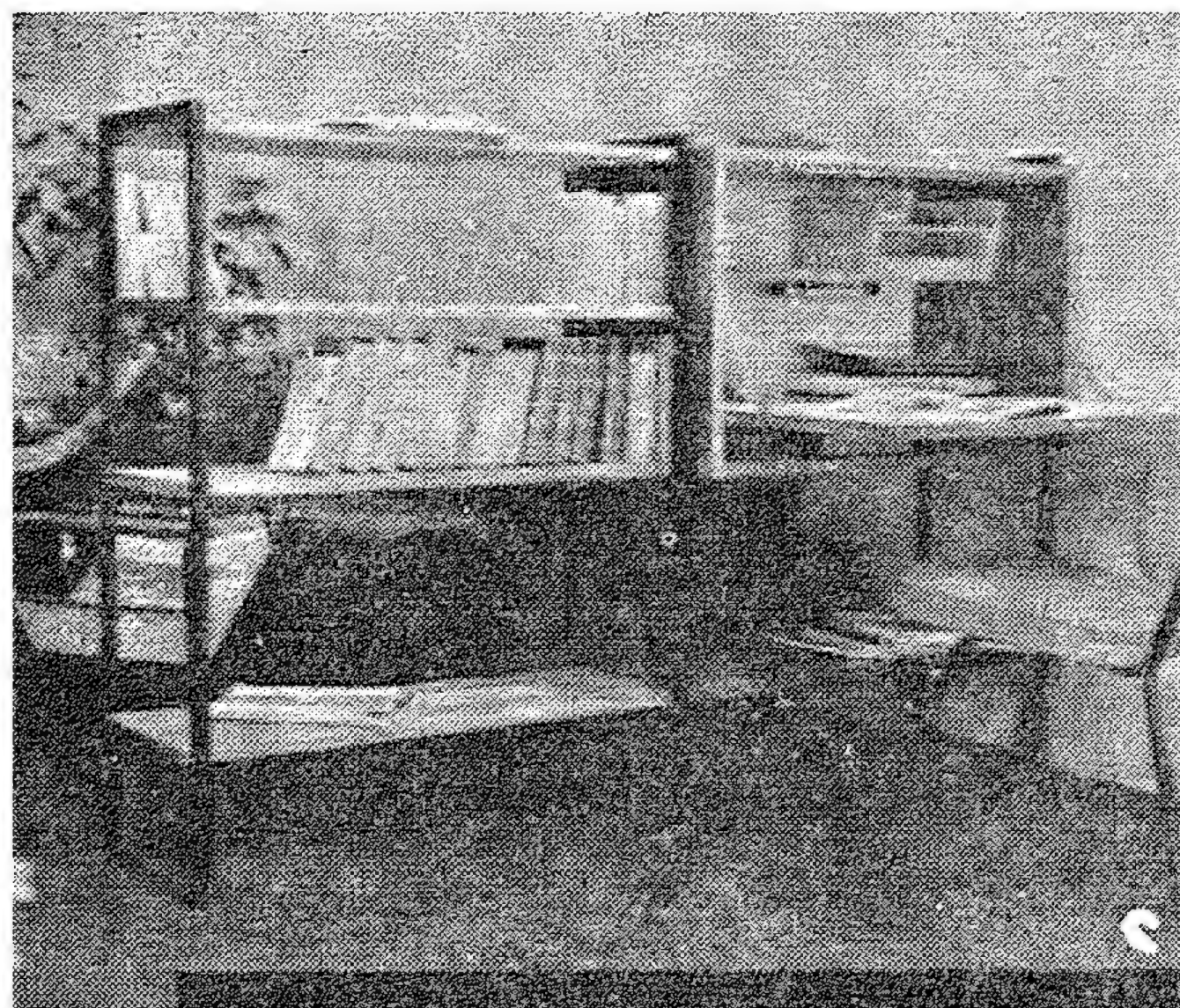
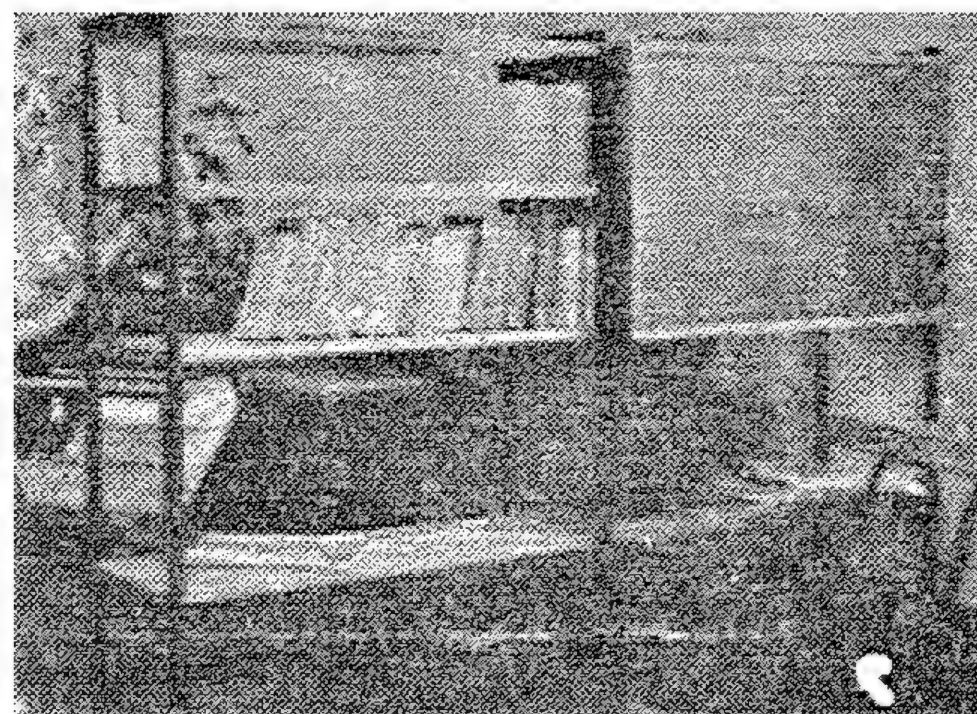


معرض المساكين والأزلياء

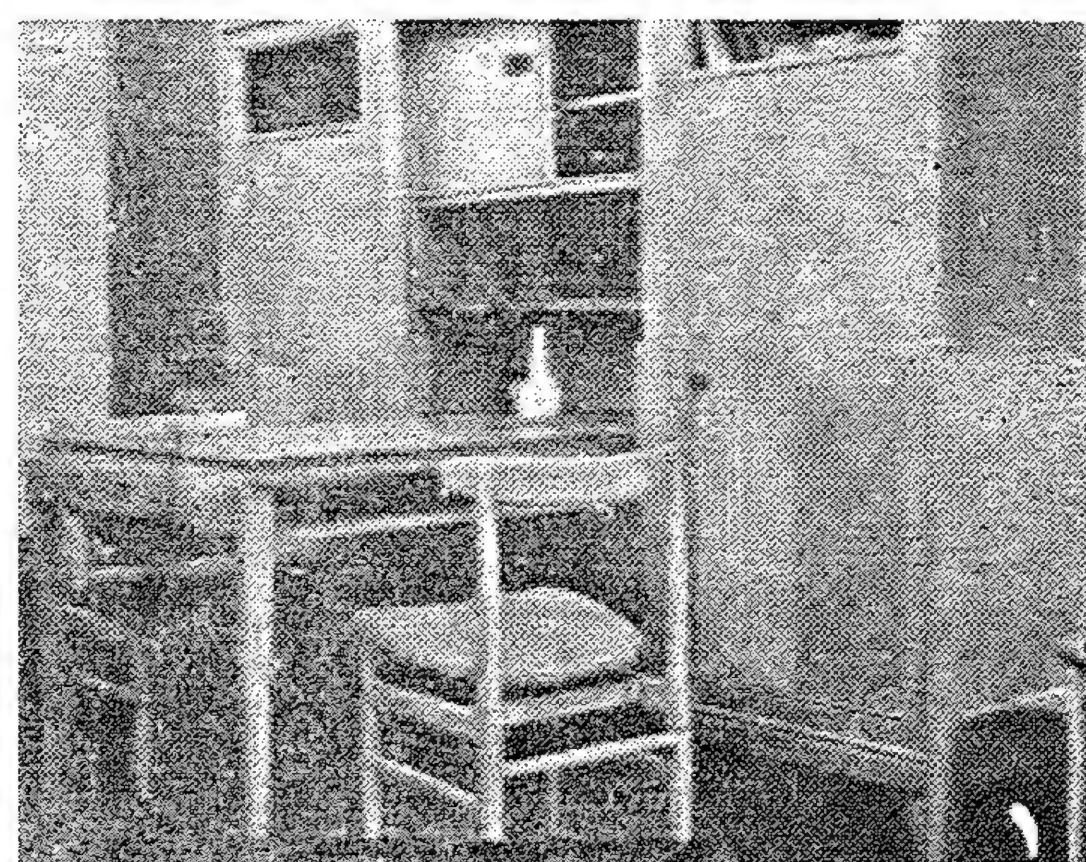
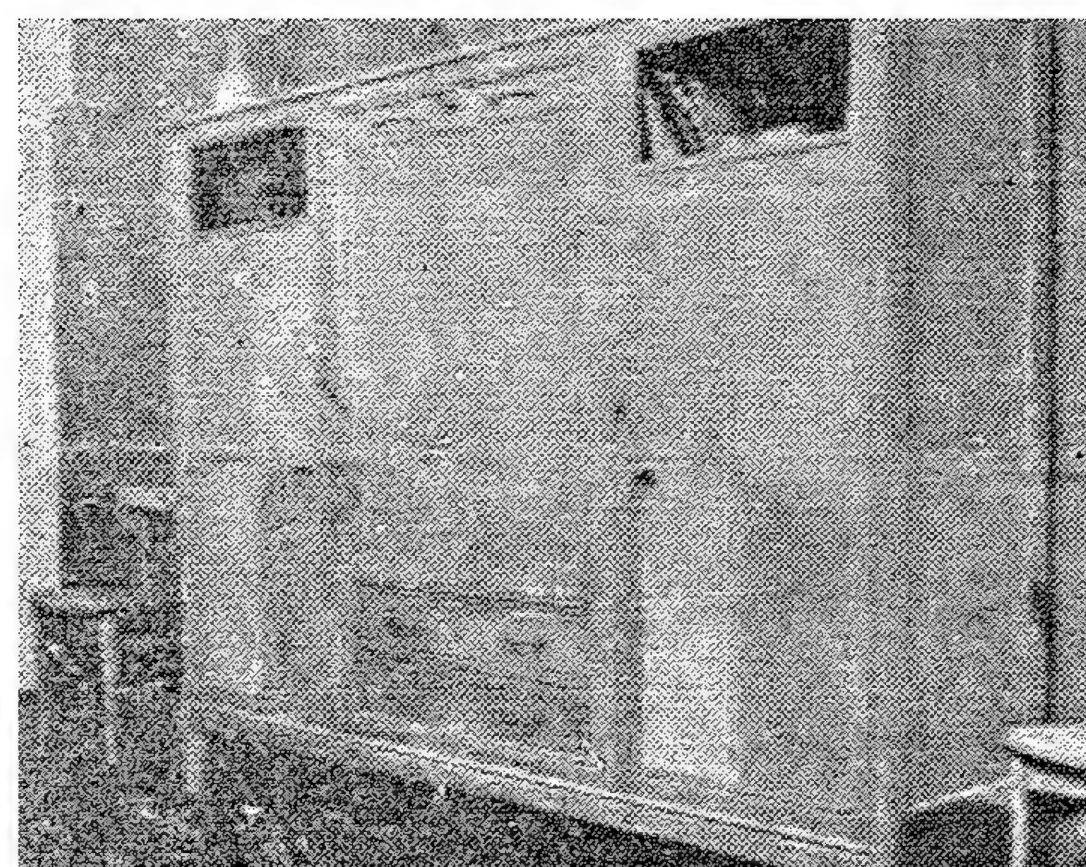
عرض كبير للملابس الجلابة وأقمشة الأثاث
أدوات الزينة - اهديتك - تحف فنية
الأثاث المصنوع في تشيكوسلوفاكيا وكل مستلزمات

لا تفوتك هذه الفرصة الفريدة لزيارة المعرض
وتشيكوسلوفاكيا

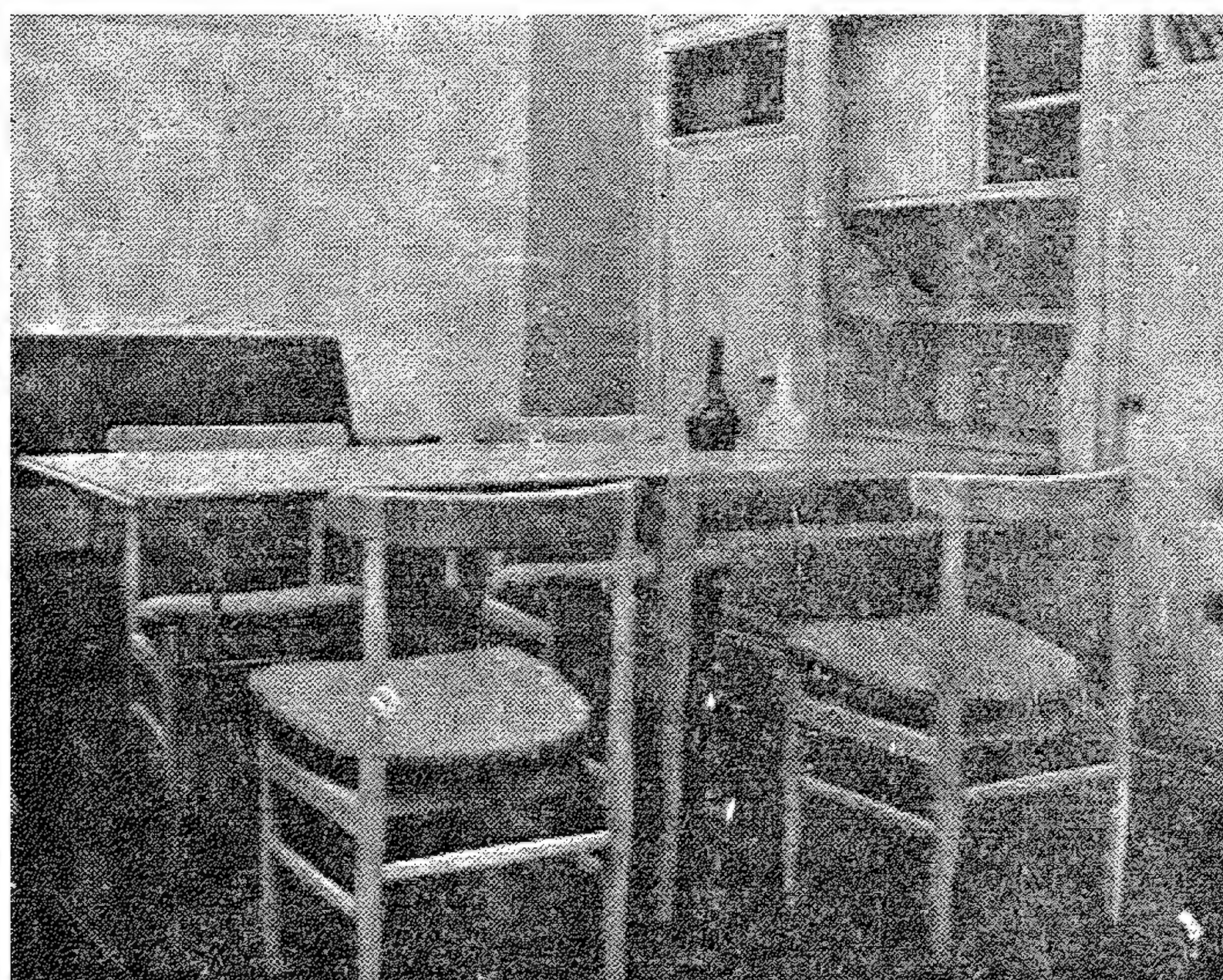
قطع الأثاث بحرية



٢ - هذه المكتبة البسيطة التي تشتمل أيضا على مكتب صغير ، انها توضع عمودية على الحائط فتقسم الحجرة الى جزئين منفصلين يستعمل كل منهما لغرض مختلف دون أن تقلل من حجم الحجرة الظاهري لقلة ارتفاعها .

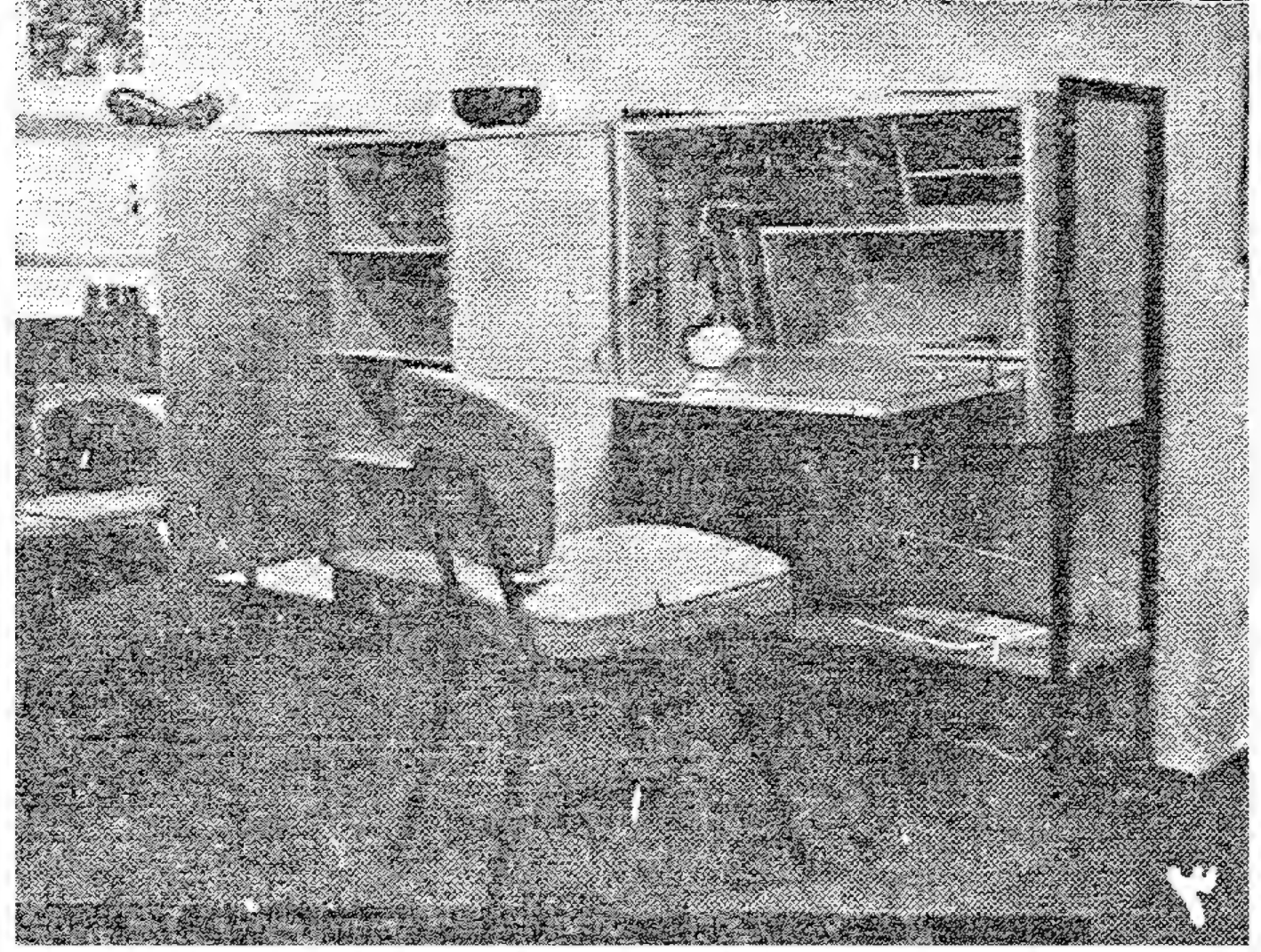
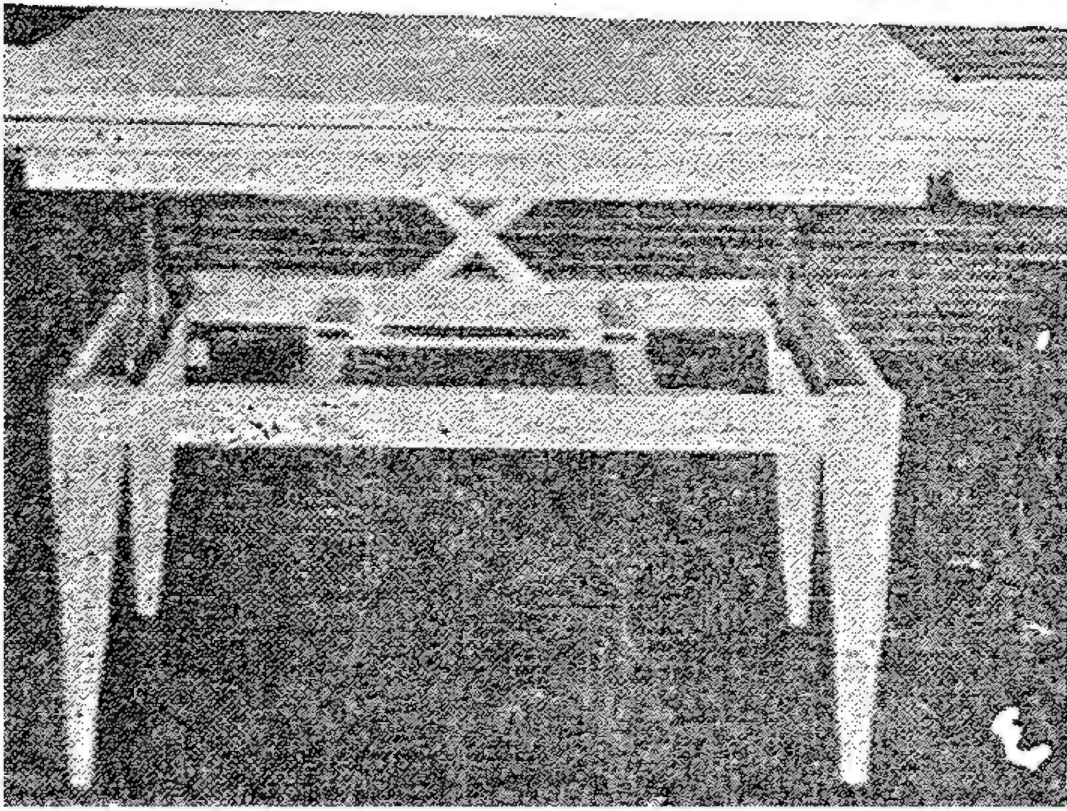
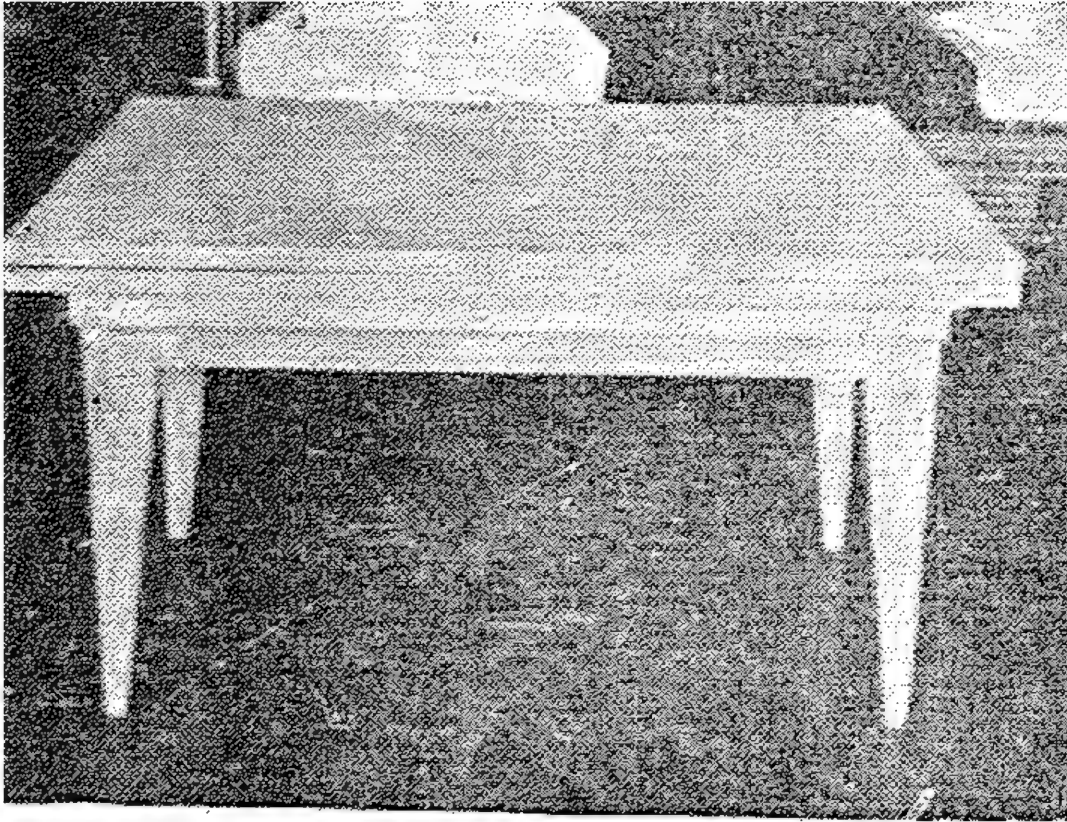


١ - دولاب ذو ثلاث ضلوف ، اذا فتحت ضلفته الوسطى أصبحت مائدة صغيرة للطعام تصلح لثلاث أشخاص كما يمكن فردها فتسع خمسة أشخاص .

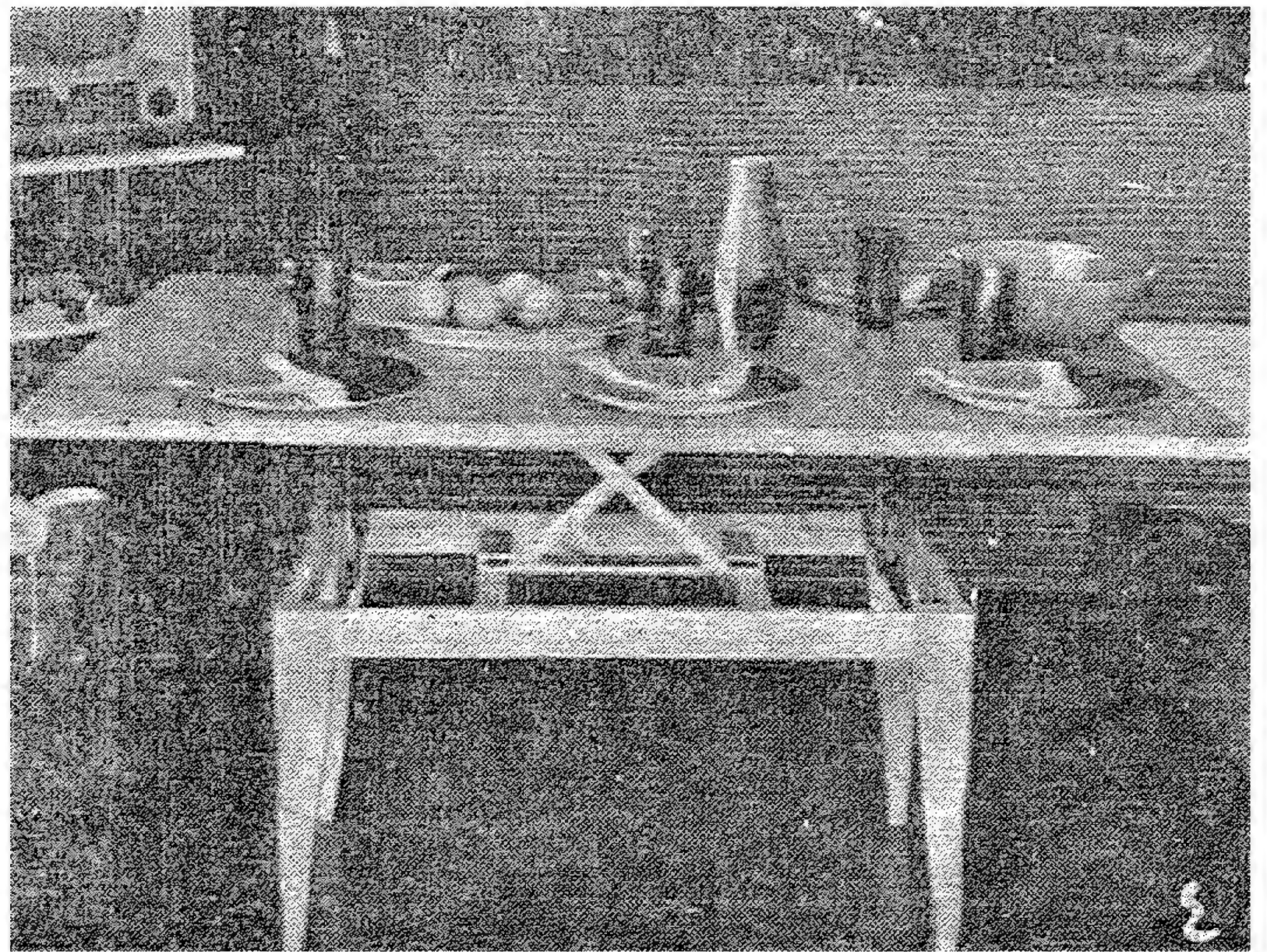


تكاد تكون الشكوى عامة من صغر المساكن الحديثة ، سواء من حيث عدد الحجرات أو حجمها . وكثيرا ما تضيق المساكن بقطع الاثاث الضرورية . لكن مصممو الاثاث الحديث قد ابتكروا قطعا عملية تصلح لأكثر من غرض دون أن تشغل حيزا كبيرا .

وعلى هاتين الصفحتين نماذج لأربع قطع مختلفة من هذه القطع العملية التي تتجلى فيها البساطة والجمال ، شعار عصرنا الحديث .



٣ - أما هذا المكتب فهو جزء من دولاب يستعمل لوضع الدوسيهات والكتب التي لا نحب أن تكون ظاهرة للعيان . كما قد يستعمل لحفظ البياضات .



٤ - منضدة ذات ارتفاع صغير ، فهي فى الأصل صغيرة منخفضة توضع أمام السكينة وتستعمل وقت القراءة والشاي . أما وقت الطعام فترفع كما فى الصورة الثانية . كما يمكن فردها لتتسع لعدد أكبر من الأكليين .

المطبخ والمائدة

طعامك في العيد

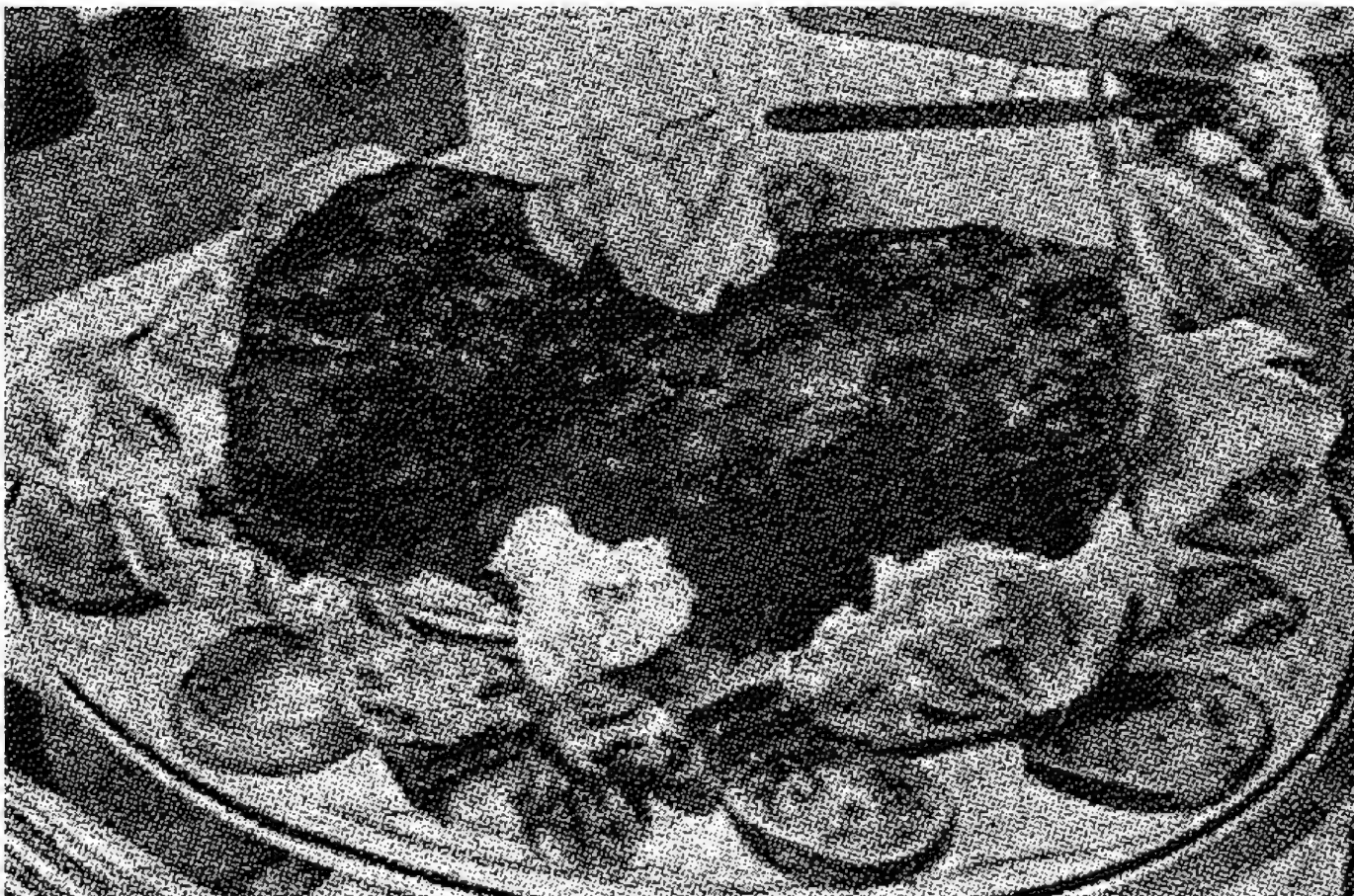
وأضيف اليهما بعض الملح ودقى الجميع ثم تبلى قطع السمك فيه ثم تلبيه في الدقيق
٥ - أغلى الزيت في طاسة القلي قرب موعد الاكل ثم اقلي السمك فيه حتى يحمر لونه وعندئذ انشليه منه وضعيه في مصفاة ليتساقط منه الزيت
٦ - بعد ذلك صفيه في طبق مستطيل مع قليل من البقدونس وقدميه ساخنًا للاكل
ويمكنك أيضا عمل هذا السمك في صينية بالطريقة الآتية :

١ - احضري رطل بصل، ورطل قوطه وملح وكمون
٢ - بعد أن تحمري البصل بالزيت المتبقى من قلي السمك وعندما تحمر البصلة اضيفي اليها عصير القوطه وقلبي الجميع على نار هادئة ولا بأس من اضافة بعض قطع الكرفس والجزر الى هذه الخلطة وعندما تستوى هذه الخلطة ضعي عليها في الصينية بعد قطع السمك المقلى وأدخلي الصينية فرنا هادئا متوسط الحرارة لمدة ثلث ساعة تقريبا ثم اخرجيها من الفرن لتوضع على المائدة مع السمك المقلى
ملحوظة : هذه الطريقة هي نفسها طريقة عمل السمك المقلى أو الصينية من السمك العادى مع ملاحظة عدم نعهه في الماء كالسمك البكلاء بل يكتفى بغسله جيدا بالماء والصابون قبل قليه

قالب اللحم

المقادير :

- ١ رطل لحم ضأن من الفخذة مفرومة
- ١ بيضه
- ١ ملعقة كبيرة مقدونس مفروم



سيدتى : كل عام وانت بخير انت تستقبلين مع بداية هذا الشهر عيد الفطر المبارك . . . تستقبلينه بعد أن انتهى شهر رمضان المبارك
وتعلمين أيضا أنك تعودت في شهر رمضان على نظام معين للاكل كنت تتناولين فيه وجبتين وجبة الافطار ووجبة السحور

والآن تعودين الى نظامك الطبيعي في الاكل فحذار أن تتخمي المعدة بعد الصيام بالماكولات الدسمة واللحوم السمينه وحاذرى من تناول الكعك والغريبة بكثرة في هذه الايام حتى لا ترهق معدتك وأمعائك بها مرة واحدة .

ويحسن أن تتناولى ماخف من الاطعمة في الاسبوع الاول من هذا الشهر

وليكن افطارك قطعة من الجبن الخالى من الدسم مع قليل التوست أو العيش الناشف وبسكوت وشاي وغداؤك بعض اللحم المشوى أو الطيور مع طبق من الخضار المسلوق والمحمر في الزبدة وسلطة خضار وعشاؤك لبن زبادى وجبن أو قليل من المربة مع قطعة من العيش الناشف حتى تتعود معدتك النظام الجديد للاكل بعد الصيام

ويحلو لبعض السيدات تناول السمك في أيام العيد خصوصا السمك البكلاء .

ونحن وان كنا لا ننصح بالاستمرار على هذه العادة لان السمك وخصوصا في فصل الصيف يكون مرهقا للكبد الا أننا مع ذلك نشرح لك فيما يلى طريقة عمل السمك البكلاء فربما تكونين من المغرمين بأكله ولو على حساب صحتك

طريقة عمل السمك البكلاء

المقادير :

أقة سمك بكلاء . ملح وكمون وثوم وقليل من الدقيق

الطريقة :

- ١ - يقطع السمك الى قطع متوسطة الحجم وينقع في الماء لمدة ليلة
- ٢ - يغير عليه من حين الى آخر يزول الملح من السمك نهائيا
- ٣ - انشلي السمك من الماء وصفيه في مصفاة
- ٤ - اخلطى قليل من الكمون مع ربع رأس ثوم

بطاطس محمر وخضر سوثيه والصلصة انتخلفة من
طهى اللحم .

صنعة المكرونه بالبشاميل

من الاطباق الخفيفة فى فصل الصيف ويمكنك تقديمها
مع سلطة خضار كوجبة كاملة لغذاء صيفي

المقادير :

عدد

٢/١ أوقه مكرونة مأسورة عريضة

١ ملعقة كبيرة دقيق

١ ملعقة كبيرة سمن

١ رطل لبن أو نصف رطل لبن يضاف اليه نصف رطل

بهريز

٢ بيضتان

٢/١ رطل لحم عصاج

ملح وفلفل وبهار

الطريقة :

١ - كسرى المكرونه واسلقها فى ماء مغلى كالمعتاد وبعد
تمام نضجها تصفى من الماء الساخن فى المصفاة
وافتحى فوقها ماء الصنبور البارد حتى تبرد لأن
ذلك يمنع تعجنها وأتركها المدة الكافية فى المصفاة
حتى يتصفى جميع الماء

٢ - اعملى صلصة البشاميل بوضع السمن فى الحلة على

١ ملعقة كبيرة سمن .
٢ ملعقة شوربة كبيرة فتات خبز بأيت
١ ملعقة صغيرة عصير بصل
ملح وفلفل وبهار
الطريقة :

١ - أفرمى اللحم جيدا مرتين واذا لم تنعم دقيها فى الهاون
حتى تتماسك ثم اخلطى عليها عصير البصل وفتات
الخبز والمقدونس والسمن والملح والفلفل والبهار
واعجنيهما بالبيضة جيدا حتى تتماسك ثم اضبطى
الطعم

٢ - ادهنى قالب كيك مستطيل دهنا جيدا بالسمن وضفى
فيه اللحم وتساوى فيه جيدا وغطى الوجه بورقة
سميكة مدهونة بالسمن

٣ - يوضع لينضج فى فرن متوسط الحرارة لمدة ساعة
تقريبا ويرش سطح اللحم مرة أو مرتين أثناء النضج
اما بكمية من عصير الطماطم أو بماء مغلى أو بهريز
لحم أو خضر ساخن وذلك حتى تحتفظ اللحم بليونتها
ولمنعها من الجفاف ويمكنك أيضا مزج هذا الماء أو
البهريز بملعقة سمن لزيادة دسامة اللحم .

٤ - عندما يتم نضج اللحم تخرج من الفرن ويصفى منها
السائل الزائد ويترك اللحم ليبرد وهى فى الغالب

٥ - عند التقديم تقلب اللحم فوق طبق مستطيع صينى
وتمسك بالخص والطماطم كما هو موضوع بالرسم
ويقطع الى شرائح رفيعة عند الاكل .

٦ - أو يمكنك تقديمه ساخنا وفى هذه الحالة قدمى حوله

بسكوييت

الاريسيل

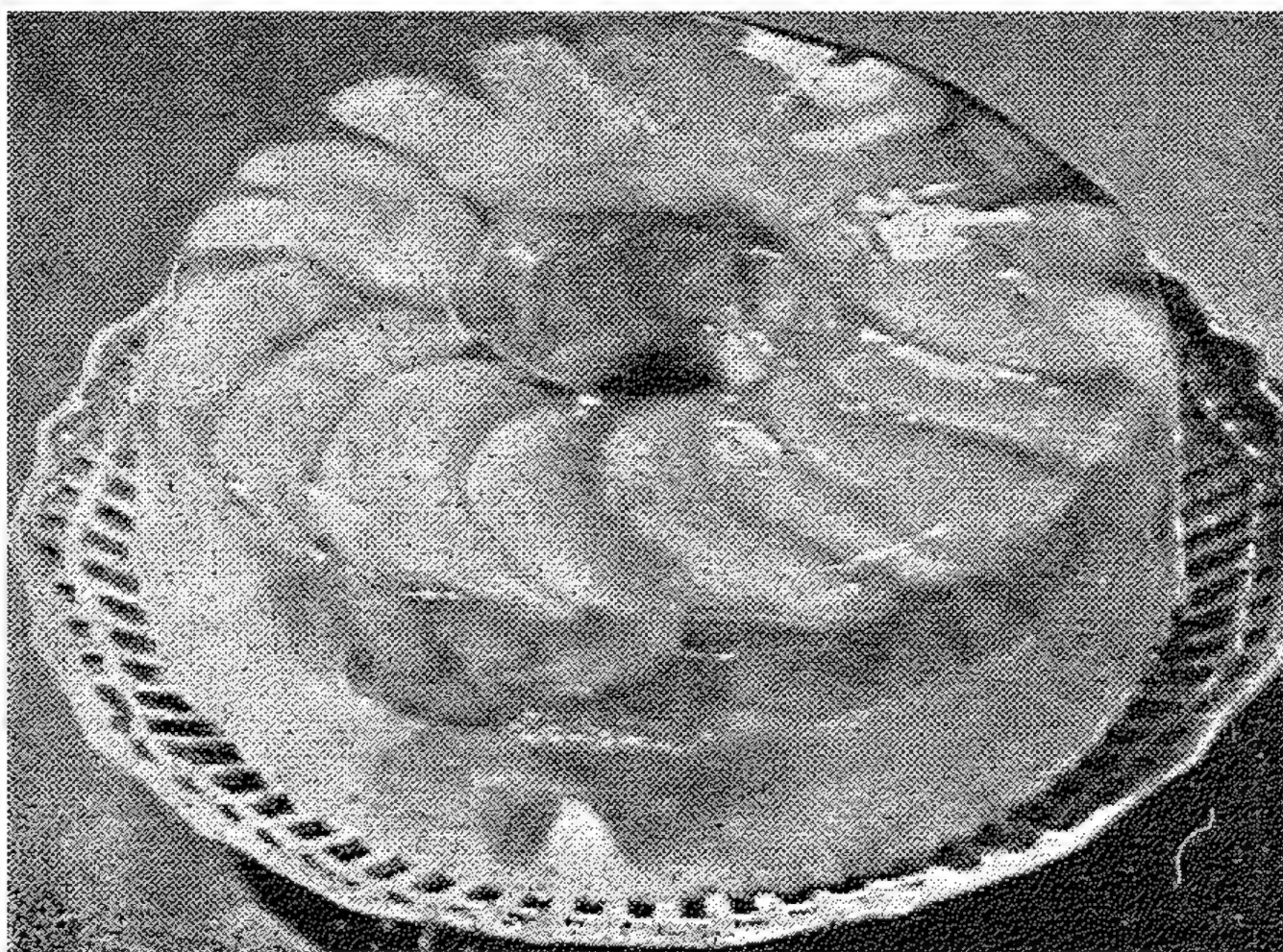


لذيذ الطعم - دائماً طازج - مفضل من الجميع

- ١ رطل لبن
٥ أوقية دقيق سميط
سكر للتحلية
١/٤ رطل أي ١/٢ كوب كريمة لباني
٣/٤ أوقية جيلاتين
كوب من الشراب المتخلف من طهي التفاح
عصير ١/٢ ليمونه

الطريقة :

- ١ - قشري التفاح وقطعيه الى شرائح أشبه بفصوص البرتقال ثم اسلقيه بخفة جدا على نار هادئة في كمية قليلة من الماء والسكر الكافي للتحلية حتى يلين مع الاحتفاظ بشكل القطع ثم أتركه حتى يبرد وانشلي قطع التفاح من الشراب واتركها في مصفاة واحتفظي بالشراب
- ٢ - ضعي اللبن في كزرولة فوق النار ليدفأ قليلا ثم رشي فوقه الدقيق السميط ويقلب على النار حتى يغلي المزيج وينضج الدقيق ثم يحلى المزيج بالسكر ، ثم تترك المهلبية لتبرد مع تقلبها من حين لآخر حتى لا يتكون لها قشرة ثم أضيفي اليها الكريمة اللباني ويقلب بخفة وأضبطي الطعم
- ٣ - أذبي ١/٤ أوقية جيلاتين في قليل جدا من الماء على نار هادئة وعند ما تبرد قليلا تضاف بخفة على مزيج المهلبية السابق مع التقليب
- ٤ - أذبي على نار هادئة باقى مقدار الجيلاتين (١/٢ نصف أوقية) في كوب من السائل المتخلف من سلق التفاح وعندما يتم ذوبان الجيلاتين تنزع من على النار وتترك لتبرد
- ٥ - صبي جزء من عصير التفاح بالجيلي السابق في قاع قالب بعد تنديته بقليل من الماء واتركي القالب حول الثلج أو في الثلاجة وعندما تقرب الالماسين من مرحلة التجمد رصي فوقها فصوص التفاح ، ثم صبي فوقها باقى مقدار العصير بالجيلي ويترك حول الثلج لتجمد وقبل أن تجمد تماما صبي فوقه المهلبية ويترك القالب في الثلاجة حتى يتجمد الجميع
- ٦ - عند التقديم اقلبي القالب في طبق بللورى مسطح كما هو المتبع في قلب الالماسية وتقدم كما هو موضح بالرسم .



- نار هادئة حتى يتحلل ثم أضيفي الدقيق ويقلب لمدة ٥ دقائق ولكن بدون أن يتغير لونه
- ٣ - انزعي الدقيق من على النار وصبي عليه اللبن تدريجيا مع التقليب السريع المستمر
 - ٤ - ارفعي الصلصة من على النار وقلبيها حتى تغلي وتستمر في الغليان مدة خمس دقائق الى أن يغلي قوامها لدرجة تكفي لتغطية ظهر المعلقة ثم أضيفي الملح والفلفل واضبطي الطعم
 - ٥ - تبعد الصلصة عن النار وتترك لتهدأ نوعا ثم أضيفي البيض الواحدة بعد الاخرى مع الضرب السريع
 - ٦ - ضعي المكرونة المسلوقة في حلة وأضيفي اليها ربع مقدار الصلصة واضبطي الطعم بالملح والفلفل
 - ٧ - ادھني الصينية جيدا بالسمن ثم صبي فيها نصف مقدار المكرونة ثم ضعي فوقها اللحم العصاج ثم باقى المكرونة
 - ٨ - صبي باقى كمية الصلصة على المكرونة حتى تغطي سطحها تماما ويمكنك اذا رغبت رش الوجه بقليل من الجبنة الرومي المبشورة أو ضعي بدلها قطعا صغيرة من الزبدة أو يرش السطح رشا خفيفا بجزء من السمن السايح
 - ٩ - ضعيها في فرن متوسط حتى يحمر الوجه ثم تنزع من الفرن وتقدم للاكل ساخنة

المرحلة المكمرة بالفول المدشوش

المقادير :

- ٣ أرطال رجله
١/٤ قدح فول مدشوش
ملح وفلفل
رأس نوم
٢ ملعقة كبيرة كزبرة مدقوقة
سمن أو زيت
٢ بصلتان

الطريقة :

- ١ - اغسلي الفول المدشوش واسلقيه جيدا جدا حتى ينهرى
- ٢ - خراطي الرجله واغسلها جيدا
- ٣ - افرمي البصلة وحمرها في السمن أو الزيت حتى يصفر لونها ثم أضيفي لها الرجله المعدة وتقلب مع الصلصة على النار حتى تتشرب مائها
- ٤ - أضيفي الفول المدشوش الناضج والملح والفلفل والبهار وقلبي الجميع واضبطي الطعم واتركها فوق النار الهادئة حتى تتسبك ويتم النضج
- ٥ - قشري الثوم ويدق مع الكزبرة ويحمر في السمن أو الزيت ويصب فوق الرجله كما في الملوخية
- ٦ - عند التقديم تغرف وهي ساخنة في أطباق عميقة وتقدم .

قالب المهلبية بالتفاح

المقادير :

- عدد
٢ تفاحتان كبيرتان من تفاح الطبخ

بنت النيل في سن منزلك

اختيار السمك

ليست لدى خبرة باختيار السمك أرجو ارشادي على علامات السمك الجيد عند شرائه .

- ١ - اختبري رائحته ويجب أن تكون مقبولة .
- ٢ - العينان يجب أن تكون براقه لامعة .
- ٣ - القشور تكون صلبة ومتماسكة على سطحه .
- ٤ - الزعانف تكون قوية صلبة .
- ٥ - اضغطي بأصبعك على ظهره فإذا كان جامدا متماسكا ولم يترك الاصبع أى أثر عليه فيدل ذلك على أنه طازج أما إذا كان جامدا انخفض الجلد وترك علامة للاصبع دل ذلك على أن لحمه رخوا غير طازج .
- ٦ - اختبري الحياشيم ويجب أن يكون لونها احمر زاهيا طبيعيا .

فوائد منزلية

- ١ - لا تخزني ملابسك أو الستائر أو المفارش لمدة طويلة وهي منشاة لان ذلك يفسد نسيجها ويعرضها للتلف السريع .
- ٢ - اغسلي ملابسك الصيفية ونظفها تماما قبل خزنها للصيف القادم ان شاء الله : حتى لا تتماسك الاقدار على أنسجتها ويصعب تنظيفها .
- ٣ - اجتنبي وضع الاشياء الساخنة فوق أى سطح خشبي مدهون لان الحرارة تفسد اللعنة بل ضعي الكوب الساخن فوق طبق ويحسن وضع مفرش بلاستيك صغير تحته واذا حدث ووضعت أشياء ساخنة فأعيدى اللعنة بدهنه بقليل من كريم الموبيليا ثم تلمعيه حتى تعود اليه لمعته .
- ٤ - اذا كنت من سكان مصر الجديدة حيث المياه المعدنية فأضيفي الى ماء غسل الملابس قليلا من البوراكس فذلك قد يخفف لك عسر الماء ويقتصد لك فى استعمال كمية الصابون .
- اجتنبي أى بقعة تحدث على الخشب الأرو الفاتح بدعكها بالاسبرتو النقي .
- ٦ - صبي ماء مغليا مذابا فيه كمية من صودا الغسيل فى حوض المطبخ بين حين وآخر فذلك يساعد على اذابة وتحليل المواد الدهنية التي تكون عالقة بجدار البالوعة .
- ٧ - عند شرائك للدقيق تأكدى من عدم غشه وذلك بشم رائحته ولمسه فإذا كان خشن الملمس دل ذلك على خلطه بكمية من الردة أو دقيق الذرة ، كذلك لاحظي لونه ويجب أن يكون أبيض مائلا قليلا للاصفرار . وذوقى طعمه لان الدقيق المخزون له طعم مر ، ويجب أن يكون خاليا من السوس أو الدود .
- ٨ - عند شرائك للسكر البودرة تأكدى من عدم غشه بالنشاء كما يفعل الكثيرون من الباعة فتذوقى طعمه فيجب أن تكون حلاوته ظاهرة ، كذلك يكون خاليا من الكتل ، أو الشوائب .

طعامك في مايو

الأربعاء ٨ مايو :

فاصوليا جافة مكمورة ، أرز
مفلل ، سلطة خضار ، فاكهة



الخميس ٩ مايو :

ترلى ، أرز مفلل ، سلطة
خضار ، فاكهة



الجمعة ١٠ مايو :

بازلاء خضراء مكمورة ، أرز
مفلل ، مخلل ، الماسية



السبت ١١ مايو :

كوارع باليخنى ، فتة العيش
بالأرز ، سلطة خيار ، فاكهة



الأحد ١٢ مايو :

بطاطس مكمورة ، أرز مفلل ،
سلطة خضار ، فاكهة



الاثنين ١٣ مايو :

الرجلة بالفلو المدشوش ، أرز
مفلل ، سلطة طحينة ، فاكهة



الثلاثاء ١٤ مايو :

بامية ويكة ، أرز مفلل ، مخلل ،
فاكهة



الأربعاء ١٥ مايو :

محشو ورق عنب ، سلطة زبادى ،
شعيرة ، فاكهة



الأربعاء أول مايو :

سمك مقل ، كزبرية سمك ،
سلطة خضار ، فاكهة



الخميس ٢ مايو :

فاصوليا مكمورة ، أرز مفلل ،
فاكهة



الجمعة ٣ مايو :

صينية مكرونة بالبشاميل ،
سلطة خضار ، فاكهة



السبت ٤ مايو :

كوسة مكمورة ، أرز مفلل ،
مخلل ، فاكهة



الأحد ٥ مايو :

لحم بوفتيك ، دقة باميا ، أرز
مفلل ، سلطة خضار ، فاكهة



الاثنين ٦ مايو :

مسقعة بأذنجان بدون لحم ،
مكرونة ، سلطة زبادى ، فاكهة



الثلاثاء ٧ مايو :

لحم بالدمعة ، ملوخية خضراء ،
أرز مفلل ، مخلل ، فاكهة



مأخيات



هدى سلطان

مع الأحران

ما زالت صباح تعيش مع الأحران
والأسى لبعدها ابتها هويدا عنها .
وقد أساءت تقدير دفع محاسني
زوجها أنور منسى في معارضته
لضم هويدا لها ، عندما احتج
باختلاف الدين ، ولم يخفف من
ثورته إلا هدوء القاضي وحلمه بحيث
انتهت إلى أن اعتذرت هي نفسها
عن هذه الثورة .

من المذكرات :

ديكور النحاس !

كان هذا منذ عدة أعوام ، وكنا
نعمل في استديو توجومزراحي ،
وأقيم ديكور لأحد المناظر ، كان
نحسا وشوفا منذ اقامته .
ففي أول يوم لم نعمل شيئا ،
وظل المرحوم كمال سليم مخرج
الفيلم واقفا من الصباح الباكر إلى
ما بعد العاشرة مساء دون أن تلتقط
الكاميرا منظرا واحدا .

وفي اليوم الثاني والثالث لم
نعمل شيئا يذكر . وفي اليوم الرابع
بدأنا نعمل بنشاط . ولكني رايت
منظرا عجيبا لأزال عالقا بخيالي .
رايت المرحوم كمال سليم وهو
واقف خلف الكاميرا وكأنه هيكل
عظمي مجرد من اللحم والشحم ،
فارتعت ومسحت عيني بيدي ،
وطردت من خيالي تلك الصورة
الشيعة .

وفي مساء ذلك اليوم دعاني كمال
لمصاحبه إلى نادي السينما ، ومكثنا
هناك لحظات انصرف بعدها إلى
منزله ، وتواعدنا على اللقاء في
الاستديو في اليوم التالي ، ولكن
نحس هذا الديكور قضى على حياة
المخرج الشاب في تلك الليلة
وكانت ليلة ٤ أبريل سنة ١٩٤٥
رحمه الله ، ووقانا أمثال هذا
الديكور المشؤم .

النجم محمود المليجي

الموسيقيون المصريون ان يسدوا
هذا النقص ، ويخلقوا لنا طابعا
جديدا للرقصة المزوجة بدلا من ان
نعيش عالة على الموسيقى الغربية .

الراقص : محمود رضا

أرحمونا .. يا نقاد !

رحمة بنا أيها النقاد .
ان الفنان المصري الذي يجسد
نفسه في خدمة الشعب ، يجد
نفسه في حيرة كبيرة وهو ينتج
انتاجه الفني ، حيرة من أمر هذا
الشعب الذي لم يكون لنفسه
بعد مزاجا فنيا معينا .
وليس أدل على اختلاف امزجتنا
وتنافرها من اختلاف أزيائنا وتنافرها
كذلك ، والكل يتشبث بزيه الخاص :
فهذا يتشبث بجبته وقفطانه ، وذاك
يتشبث ببدلته ، وثالث يتمسك
بالجلباب ، ورابع وخامس وسادس .
إلى آخره .

وفي العائلة الواحدة حينما يجتمع
أفرادها لسماع الراديو تجد واحدا
يريد أن يسمع الأخبار السياسية
وآخر يريد أن يستمتع بأغاني
أم كلثوم وعبد الوهاب . وثالث
لا يحب غير اسماعيل يس ، ورابع
يرغب في سماع القرآن الكريم .
وهكذا تنافر في تنافر !

فؤاد الجزائري نقيب السينمائيين



لوردكاش

تنوى المطربة لوردكاش ان تفاجئ
الجمهور الذي يتعشق فننها بأوبريت
كاملة أساسها التواشيح القديمة ،
وقد وضعت هي بنفسها القصة
والأغاني والألحان . وتقول :
- سوف أطوف العالم العربي
كله بهذه الأوبريت ، حتى المهجر
في الأمريكتين ، وسأجعلها خير
ختام لحياتي الفنية .

هدى سلطان

لعل الفنانة هدى سلطان هي
أول فنانة مصرية تتولى عمل
الماكياج لنفسها بيدها . وتقول في
ذلك :

- ليس أحق وأدق ببشرتك من
يدك ، وليس أحرص على جمالك
منها .

الرقص الأفرنجي

كان من آثار المدنية الغربية في
مصر تهافت الشبان والفتيات على
الرقص الأفرنجي . وقد يكون
السبب في هذا ان موسيقيانا
فقيرا ، لا تصلح لأن يرقص عليها
شاب وفتاة .

انهم في أمريكا لم يكتفوا
بالتانجو والفالس وغيرها ، بل
ابتكروا ما يلائم طبيعتهم . ابتكروا
رقصتين هما : « السمبا »
و « الروك أند رول » فهل يستطيع



لوردكاش

٤٠ سنة !

في مجلس ضمنا بفاتن حمامة
مضى بنا الحديث إلى سن الأربعين ،
وكيف يعتبره الناس نهاية الشباب
وبداية الكهولة ، وسرحت فاتن
ببصرها أمامها وقالت :

- كثيرا ما اتخيل نفسي وأنا في
سن الأربعين ، فأجد صورة غير
الصورة ، وإنسانة غريبة لاتشبهني
الآن . ساكون طيبة القلب من
غير شك - وسأظل محتفظة بجمالي ،
لاني اعمل منذ الآن على الاحتفاظ به
في تلك الفترة ، فأتعاشي اجهاد
نفسى والافراط في السهر وغيره
مما يظهر اثره عندما يتقدم بنا
العمر .

وبطبيعة الحال لن اصلح
- حيثئذ - لأدوار البطولة ، بل
سأقوم بأدوار الام التي تهدي
أبناءها للخير ، وربما مثلت دور
الجدات ايضا .

أول فرقة باليه

يستعد الراقص محمود رضا
بطل أوبريت ليل يا عين التي تمثل
الآن بمصرح الاوبرا لتكوين أول
فرقة باليه مصرية ، يتولى هو
بطولتها إلى جانب شقيقة زوجته
« مها » بطلة المدرسة الانجليزية في
الباليه . وسيكون أول باليه مصرية
تقدمه الفرقة بعنوان « بنت البلد »
وتجرى رقصاته في حارة بلدية .
وسينفق محمود رضا على الفرقة
من ماله الخاص ويتوقع لها نجاحا
كبيرا على ضوء النجاح الذي صادفته
ليل يا عين .

نكتة الشهر

نكتة الشهر يرويها الفنان
حسن فائق :

طلبت زوجة موظف يتقاضى في
الشهر سبعة جنيهات منه ان
يستاجر لها مربية لمولودها الجديد ،
فوافق ، وفي اليوم التالي قالت له
انها عثرت على مربية (لقطه) وانها
اتفقت معها على أربعة جنيهات كل
شهر ، فنظر إليها زوجها وقال :
- طيب ماتديها السبعة جنيهه
وترضعنا احنا الثلاثة !

صباح مع الأحران والأسى لبعدها ابتها عنها

الفن في مصر

استقالات «بنت النيل» الفنية



زوزو نبيل .. فيلم جديد

طليحات الوحدة والانسجام بحيث لا يترك لعينيك ثغرة تستقبح فيها بعض ما تراه .. ولا يترك لأذنيك فجوة تستنكر من خلالها بعض ما تسمعه .. انه عمل متكامل رائع ذاك الذي قدمه لنا زكي في «ليل يا عين» ..
والقصة لا اعتراض عليها ، والفناء والموسيقى ، والتمثيل .. اما الفناء فلا شك ان اصلح اصوات مطرباتنا للاوبريت هو صوت شهر زاد ، اما فائدة كامل التي حلت محلها بعد سفرها فصوتها صوت ميكروفون فقط .

ومشهد الذكر قبيح ، ومستنكر ، ويعبنا عرضه في الخارج .. وعلى الاخص ذلك الشاب المخنث المرسل الشعر الذي يدور فيه في الموسيقى تشهد لعبد الحليم نوبيرة قائد الاوركسترا بالنبوغ ، وان كان قد بدا بعد ان مسح عنه بفضل ليل يا عين هذا النسيان ، بدا يداخله الغرور ويجهل بأنه جدير جدارة موزار وبتوفن وتشايفسكي (بس يا خسارة !) ونحن نقول (خسارة جدا لو مضى نوبيرة في هذا الطريق الذي مهما كان اعتقاده في انه سيرفع موسيقاه فانه لا بد ان يهبط بعدد مستمعيه عشاق فنه .

واختيار اجسام فتيات وفتيان الكورس ما زال ينقصها الانسجام والتقارب ان لم يكن التطابق .
والنهاية .. هذا عمل مسرحي فني رائع جدير بحسن تقديرنا ، وفاتحة لنهضة مرتقبة بفن الاوبريت المسرحي تبث نجاح نهضة القديمة ..

الوهاب على الخصوص ؟
- في رأيي .. ليس هناك موسيقى مصرية واخرى لمبعد الوهاب ، فانا لا اعترف بموسيقى غير موسيقى عبد الوهاب ، وهي موسيقى بدعيّة ذات لون شرقي جميل ، وترتدى ثوبا انيقا من الموسيقى الافرنجية مما يتناسب مع التطور الفني الحديث .
- هل لديك اقوال اخرى ؟
- لا .. كفاية كده .

النقد الفني :

ليل .. يا عين .

هذا الرجل الفنان «زكي طليحات» يستحق تقدير بنت النيل .. فقد صنع من الفسيخ شربات .. وغزل برجل حمار .. ونجح ، والدليل ايراد شباك تذاكر الاوبرا الذي لا يقل كل ليلة عن ١٠٠ جنيه في المتوسط ، وهو لا يدر مع الفرقة المصرية اكثر من ٢٠ جنيه على الاكثر . وسر هذا النجاح الطبقي الشهى الذي يقدمه زكي طليحات .
وأول ما تلاحظه في عمل زكي

- وفوق كل صراحة .
- واي دور تشتين تمثيله على الشاشة ؟
- نفرتيتي .
- وهل تشتين شروطا معينة للعمل في فيلم يعرض عليك التمثيل فيه ؟
- نعم .. ان يكون لي رأي في اختيار القصة والمخرج والممثلين والاستديو ، فانا احب ان تكون افلامي ممتازة في كل شيء ، ولا أظن هذا يغضب المنتجين ، فالفيلم الجيد هو المطلوب الان .
- وكم تطلين اجرا لتمثيل دور البطولة في فيلم ؟

- لا احدد بالضبط ، ولكنني اؤكد لك انني لا اغالى في طلب الاجر .. المهم الفن ..
- ما رأيك في الافلام المصرية هذا الموسم ؟
- بنت حلال !
- من تفضلين من الكواكب والنجوم المصريين ؟
- فائق حمامة ، ويوسف وهبي .
- وما رأيك في الموسيقى المصرية بوجه عام وموسيقى عبد



أهينة البارودي تقول :

- هل تسمحين لندوب بنت النيل الفني بعديت ؟
- بكل ممنونية ، بس مافيش اسئلة بايخة .
- وهو كذلك . سنسالك باعتبارك فنانة فقط .
- اتفقنا .
- ما رأيك في حال السينما المصرية الان ؟

- يؤسف له .. أشبهها بفني الحرب الذي افلس ، ولم يستطع ان يعود فقيرا كما كان او يظل غنيا كما تطور .

- نرجو التوضيح ؟
- كانت الحرب سوقا رائجة للفيلم المصري ، وكانت المنافسة ، وكان المال وفيرا بين ايدي المنتجين ومن ثم كان بذخهم في الانفاق على افلامهم . اما اليوم فالسوق كاسد ، والمنتج يتقشف ما استطاع في الانتاج . ومن ثم يخرج الفيلم هزيعا تافها .

- اذن لماذا اشتغلت في السينما؟
- لاحقق حلما قديما كانت التقاليد تحول بيني وبين تحقيقه .
- ولماذا لم يعرض فيلمك الاول «الفنان» الى اليوم رغم انه اخرج منذ عامين ؟

- هناك اسباب فنية ستزول قريبا جدا ويعرض الفيلم .
- وما رأيك في تمثيلك في هذا الفيلم ؟

- اترك الحكم للجمهور .. فاما مضيت ومثلت فيلمي الثاني ، واما اعتزلت في سلام .
- وماذا سيكون فيلمك الثاني ؟
- قصة حياتي بقلمى .
- بكل صراحة ؟



فائدة كامل مع احد زملائها في مشهد من مشاهد «ليل يا عين»

خطاب الشمل

أنا سيدة متزوجة من فنان . مضى على زواجي ١٢ سنة قضيتها في ألم وغيرة وحزن بسبب زوجي الذي لا يمر عليه شهر الا وله عشيقة من الساقطات . انني أهملته كل أسباب الراحة والهدوء في المنزل ، فبيتتي دائما نظيف يسوده السكون ، فلا جلبة ولا بكاء أطفال خصوصا في أوقات نومه . ولكنه لا يدعني أستريح أبدا حتى انني اذا نمت أيقظني ليحرمني من الراحة التي أوفرها له . انني لا أسأله الى أين يذهب لان ذلك يضايقه ولكن يحزنني أنه اذا وجد عشيقة تركني وأطفالا شهرا وربما اثنين لا يعود الا لفترات قصيرة أثناء النهار ليحضر لي ملابسه المتسخة لا يغسلها وليس معنى كلاما قاسيا . ان مكسبه من مهنته غير ثابت فقد يكسب عشرين جنيها في الشهر ويكسب مائة في شهر آخر . فاذا كان المال كثيرا بين يديه استأجر شقة ليحضر فيها عشيقة جديدة ويحرمني وأولادي من هذا المال حتى انني لا أستطيع أن أشتري فستانا جديدا . وعندما ينفد المال يعود الى ليسء معاملتي بسبب قلة المال . ان لي خمسة أطفال أكبرهم في العاشرة ولكن زوجي لا يحافظ على ماله من أجل اولاده .

وليس هذا كل شيء ، بل انه يأتي الى بعد كل عشيقة ليقص على كل ما حدث بينهما كبر أم صغر ، انه يقص على كل ما فعل مهمسا كانت خطورته . وقد رجوته مرات الا يقص على شيئا حرصا على راحة فكري ولكن دون جدوى ، انه يصر على أن يقص على هذه الاشياء بدعوى أنه يجد راحة في ذلك . . . فما رأيك يا سيدتي . لقد أصابني الضعف والهزال واعتلت صحتي من كثرة التفكير فقد سمعت منذ زواجي حوالي ثلاثين قصة كل منها لعشيقة مختلفة ، وها هو قد استأجر هذا الشهر شقة لعشيقة جديدة .

نسيت أن أقول ان زوجي كان يعيش مع عشيقة قبل زواجه مباشرة وتركها ليتزوج ثم عاد اليها في أول شهر لزواجه وعاد بعدها ليقص على قصته معها . انني تفسة فهل أجد عندك ما يريح فكري ويجعلني أستعيد صحتي التي ضاعت .

م . ع . د

بنت النيل : تقولين ان زوجك فنان ، والفنانون كثيرا ما يستبيحون لانفسهم أشياء مستهجنة بدعوى الفن والالهام والتحرر من القيود التي تقف في سبيل الخلق ولكن زوجك جاوز الحد وبلغ من الاستهتار حدا لا يطاق . ان مثله لا يصلح زوجا ولا أبا فهو لا يقدر المسؤولية اناني . انك توفرين له الراحة ولا تطلبين الا راحة البال ولكنه يهمل عليك بها ويقص عليك أشياء كان يجب أن يخجل منها وذلك لان في هذا العمل راحة له هو فلا يهمه ما يصيبك أنت من ألم . ولكنك ملومة يا سيدتي أيضا على ما أصابك فقد استمعت الى احدي قصصه في أول شهر لزواجه ولم تثوري ولم تفعل شيئا مفرطة في كرامتك واستهان هو بها . لقد كان يتخذ العشيقات قبل الزواج ولكنك قبلت الزواج منه ، ربما على اعتقاد بأنه بزواجه قد اختار الاستقرار بعد أن تعب من حياة اللهو والمجون ولكنه تركك في أول شهر لزواجه الى عشيقته وعاد ليقص عليك ما كان بينهما وكان واجبك أن تفعل شيئا حينئذ ، كان في امكانك أن تطلقى لمثل هذا السبب وأن تبدئي حياتك من جديد مع زوج صالح فقد كنت بعد صغيرة ليس لك أطفال . اما الان فان عليك واجبا نحو أبنائك الذين جنيت عليهم بانجابهم لمثل هذا الاب .

واجبك الان أن تكفري عن خطيئتك نحوهم بتكريس حياتك لهم والعمل على تنشئتهم نشأة صالحة ليشبوا مواطنين نافعين ناجحين ، وبذلك تعوضهم عن رعاية الاب التي فقدوها . وجهي كل عنايتك واهتمامك لاولادك وكفائك اهتماما بمثل هذا الزوج السدنى لا يرتدع ويقابل احسانك بالاساءة ولو أن الطلاق أمر مكروه الا انني أرى ، في مثل حالتك ، أن الانفصال عن مثل هذا الزوج أفضل اذا كان في استطاعتك أن تعولى نفسك ولو بالعمل وخذى منه نفقة لاولاد . ان البعد عن هذا الرجل سيبعد عنك أسباب الألم المتجددة فضلا عن أنك ستبعدين اولادك عن هذا المثل السيء الذي قد يؤثر عليهم في مستقبل حياتهم . كوني حازمة واحسمي الامر ولا تفكري الا في مصلحة اولادك .



ما زال طفلا . . !

أنا سيدة جميلة جدا ، بشهادة كل الناس ، تزوجت منذ ثلاث سنوات وأنا الآن في التاسعة عشرة من عمري وزوجي في السابعة والعشرين . . . هذا الزوج يحب كل فتاة جميلة حتى في الشارع أو في المحلات التجارية . . وأنا بجواره يتطلع الى كل فتاة جميلة ثم يبتسم أو يرفع يده الى رأسه وكأنه يحييها وقد رأيتاه مرة يبتسم لحادمة جارتى ضمن من ابتسم لهن من الفتيات أثناء سيرنا معا في الشارع . . وابنة البواب أيضا ، انها فتاة جميلة في الثامنة عشرة وهو يبدى لها اهتماما كبيرا فيعود من عمله ليقف في الشباك يراقبها وهي في حجرتها . .

ان كل تفكيره في الجميلات فهو يقص على بعد عودته من عمله عن رأيهن من الجميلات في يومه ، وهذه أجمل ما فيها عيناها ، وتلك شعرها ، وهكذا . . انني أسمع هذا الكلام كل يوم من ثلاث سنوات ، حتى كدت أجن من الغيظ والشقاء . . لقد كان زوجي يحبني في أيام الخطوبة وما زال يبدى لي حبه برغم كل معاكساته وقد خطبني بنفسه دون تأثير من أحد وبموافقة أسرته وهي أسرة كبيرة معروفة ، وعائلتي من نفس مستوى عائلته . .

هي اثاره غيرتها وربما كانت رغبته في اثاره غيرتك بسبب غرورك وتعاليك عليه لما أنت عليه من جمال يشهد به كل الناس ، فهو يريد بذلك أن يعوض شعوره بالنقص ويثبت لك أن غيرك من الجميلات يعجبن به وانك لست وحدك محل اعجاب الناس . .

لا أظنك محقة في غيرتك

بعد رغم بلوغه السابعة والعشرين ، فابتساماته ، واشاراته لكل فتاة جميلة يصادفها في الطريق وأنت بجواره أمور صبيانية لا يأتيها رجل عاقل يحترم نفسه وزوجته . . ربما كان يفعل ذلك ليثير غيرتك ، فبعض الرجال يظنون ، عن خطأ ، ان الوسيلة للاحتفاظ بحب الزوجة الجميلة واخلاصها

ماذا أفعل مع مثل هذا الزوج ، وكيف أتصرف ؟

ف . م . م
المنصورة

بنت النيل : - انك يا سيدتي تخططين بين الحب والاعجاب . . وليس تطلع زوجك الى كل جميلة واطراء جمالها دليلا على حبه لها ، ان زوجك ضعيف أمام الجمال وهو ما زال طفلا لم ينضج

الشديدة هذه ، اذ ليس هناك من سبب حقيقى لذلك فاعجابه بالجماليات كما يبدو من خطابك اعجاب برىء ، فهو ليس على علاقة بأى منهن ولا أظنه كان على معرفة سابقة بمن يحيى والا لعرفت ذلك عنه قبل الزواج فمثل هذه الامور لا تبقى سرا فى بلد صغير نسبيا كالمصورة .. ثم ان زوجك يحبك ويبدى لك هذا الحب باعترافك .. خفى قليلا من غرورك وامنحى زوجك حبك وصداقتك وثقتك ، فليس الجمال هو كل ما يطلبه الزوج من زوجته ولا أظنه اذا تأكد من صدق حبك له وثقتك فيه الا مقلعا عن تلك العادة القبيحة التى لا تسمى اليك فقط ، بل الى كرامته وسمعته كرجل فاضل أيضا .. لا تبدى غيرتك أبدا ولا تعطى للمسألة كل هذه الاهمية ، بل خذى اعجابه على أنه مجرد اعجاب بالجمال نفسه وليس بالفتاة وشاركيه هذا الاعجاب فتفوتين بذلك عليه الغرض من هذه الحركات ، وهو اثاره غيرتك فلا يعود بحاجة اليها .



الانتظار أفضل

أنا فتاة فى الثامنة عشرة وهو فى الثامنة والأربعين وقد طلبنى للزواج .. اننى أحبه وأفضله على الشبان الذين يقاربوننى فى السن، اذ أننى أشعر أنه أكثر منهم نضجا ، ولكنى أخشى المستقبل ، فأطفاى معرضون لان يفقدوا أباهم وهم بعد أطفالا ، كما انى سأصبح أرملة فى سن مبكرة ، فهل أرفض هذا الزواج بسبب

فارق السن وأحاول نسيان هذا الحب .

(١٠ ح)

بنت النيل : بكل تأكيد يجب أن ترفضى هذا الزواج ففارق السن كبير جدا ونادر أن تتحقق السعادة ويسود الانسجام بين زوجين بينهما هذا الاختلاف الكبير فى السن وما يتبعه من اختلاف فى المبادئ والتفكير والنظر الى الحياة .. ان حبك أبوى .. ومثل هذا الشعور ان دل على شيء فهو لا يدل على نضوجك المبكر بل على العكس فأنت ما زلت بعد طفلة لم ينضج تماما قلبك وعقلك .. انك تستطيعين الانتظار بضع سنين أخرى قبل أن تتزوجى وحينئذ اختارى من يكبرك بسنين قليلة لا تتجاوز العشر .

مأساة

أنا تاجر بمصر وسكنى بمصر الجديدة ، ولقد شاء القدر القاسى أن يكون بيتى مسرحا لماسى مؤلمة ، ولا يمكن أن يتصور انسان مدى البشاعة والجرم الذى يرتكب تحت أعين المدنية الزائفة ولا أظنك الا موافقنى فى رأى بعد سماع القصة وتتلخص فى أن رجلا تاجر بالمخدرات وكان مصيره السجن مدة طويلة ، وحاولت زوجته ، وهى أم لثلاث فتيات ، أن تعمل عملا شريفا فاشتغلت عند عائلة كريمة ومعها ابنتها الكبرى التى تبلغ من العمر حوالى ١٢ عاما ، ولما كان لى بمخدومها بعض المعرفة فقد طلب منى أن آخذ إحدى البننتين الصغيرتين ، وهما فى التاسعة والسابعة ، لتسلياة ابنتى الصغيرة وأن أجد مكانا لآخرى لتخفيف العبء عن أمهما ، وفعلا أخذت منه البننتين احدهن لى والآخرى لشقيقتى .. كان ذلك منذ سبعة أشهر ،

الواجب أن يقتصر عملهما فى داخل المنزل لصغر سنهما ، فهل تترك يا سيدى ابنتك التى فى مثل سنهما تخرج وحدها الى الشارع دون رقابة ، انهما لا تقلان عنها سذاجة وجهلا بأمور الحياة والناس ..

أما انك لم تبلغ البوليس فهذا خطأ ، انك حين تشكو لا تشكو الفتاة البريئة التى راحت ضحية ، كما تذكر أنت نفسك فى خطابك ، ولكنك تشكو ذلك الوحش الآدمى الذى تسول له نفسه الاعتداء على طفلتين بريئتين .. ان واجبك يا سيدى أن تبلغ البوليس عما حدث للبننت الأخرى لينال المجرم العقاب الذى يستحقه على أن تحتفظ بنمر محاضر البوليس وتوارىخها مع الاستمرار فى تتبع الاجراءات القضائية حتى نهايتها والاحتفاظ بصور من محاضر الاجراءات جميعها وتسليمها للام حتى اذا شبت البنتان واستقامتا وحان موعد زواجهما كانت هذه المحاضر دليل براءتهما وخير شاهد على انهما كانتا ضحيتين لمجرم اثيم ..

أما المساعدة التى يمكن تقديمها الآن فهى البحث عن جهة خيرية كجمعية حماية المرأة والطفل التى ترأسها السيدة الفاضلة بهيجة رشيد ، ومقر الجمعية بدار السعادة ، شارع الطبرسى المتفرع من شارع القصر العينى ، لعلها تجد لهما مأوى فى احدى دورها أو دور الجمعيات المماثلة ..

فاذا لم توجد دار لا يوائهما فيمكنك مساعدة الام ببعض المال لتتمكن من الاحتفاظ بهما وتربيتهما .. والحل الاخير هو أن تبقيهما فى خدمتك مع الملاحظة الشديدة والرقابة وقصر عملهما على المنزل فهما ليستا مجرمتين .. ولكنهما ضحيتان لا تستحقان الطرد ..

وكان كل شيء يسير على ما يرام الى أن كان ذات يوم حين أرسل صهرى الفتاة التى عنده لتشتري له سجائر فلما تأخرت ألقاه ذلك ودفعه الى النزول للبحث عنها فوجدتها فى حالة يخجل منها الانسان وينفسر ، فقد كانت فى أحضان رجل .. وهرب الجانى فى الحال ، ولم يسع صهرى الا أن يسلمها للبوليس ، نعم سلم الضحية للبوليس ، كما دار البحث عن الجانى حتى اعتقل واعترف بكل شيء ، كما اعترفت الضحية ، وبعد فحص الطبيب الشرعى قرر انها فقدت عذريتها منذ حوالى ستة أو سبعة أشهر .. وساورنى الشك فى شقيقتها التى فى بيتى ، وضيق عليها الخناق لتقول شيئا عن شقيقتها ، وكانت المصيبة الكبرى حين علمت انها هى الأخرى فقدت عفافها منذ أيام ومع نفس المجرم .. ولكنى لم أخطر البوليس بذلك بل اكتفيت بدعوة والدتها المسكينة وتسليمها اياها .. لقد تأملت الام وانهارت أعصابها وراحت تبكى كالمجنونة .. انى فى الحقيقة أشعر بألم ومسئولية أدبية تجاه البننتين رغم احتياطى عليهما وحرصى .

اننى أريد أن أقدم الى هذه الاسرة المساعدة الواجبة حتى أعوضها عن بعض الضرر الذى أصابها فماذا أفعل ..

تاجر بمصر

بنت النيل : أننى لن أوجه اليك اللوم يا سيدى فأنت تشعر بمسئوليتك فى هذه المأساة وتقصيرك ، رغم انك لا تعترف بهذا التقصير صراحة .. فما كان من المستحسن ارسال البننتين الى السوق بل كان من

بنت النيل في زيارة مؤسسة تربية البنات بالمنصورة

يؤجرن عليها ، حتى العلم
كن يلقي منه القشور بين
جدران الملجأ أيضا ..
وهكذا كن يعيشن ويكبرن
ويمتن وهذا الشعور بالذل
والهوان يغمرهن .. شعور
اليتيم والضياع ..

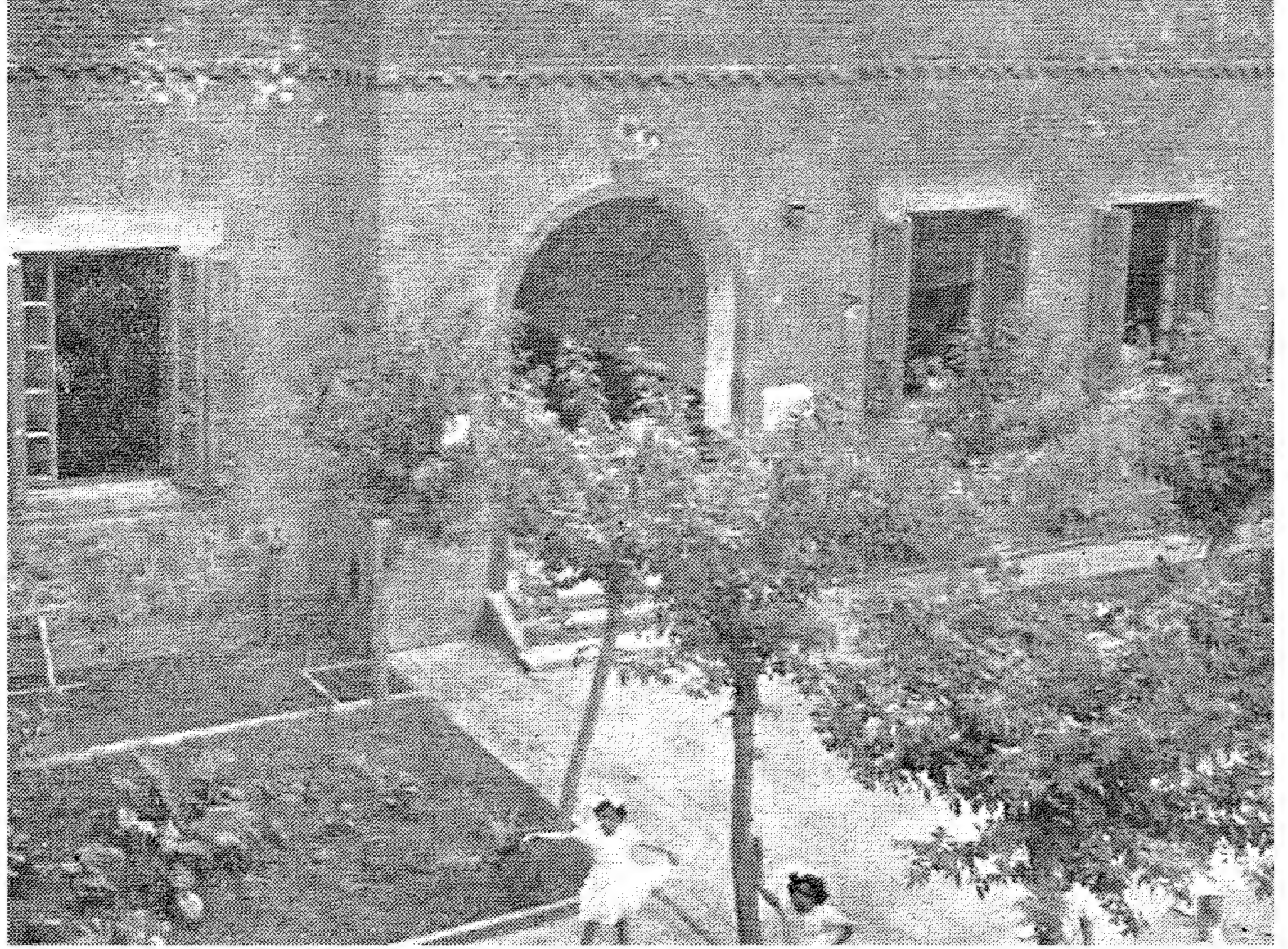
أما اليوم فقد رفعت أولا
اللافتة الحزينة القائمة :
« ملجأ المنصورة الخيرية
للبنات » واستبدلت ب لافتة
مشرقة منيرة « مؤسسة
تربية البنات » .. وأبوابها
مفتوحة تدخل منها البنات
ويخرجن كلما شئن فيعيشن
مع الناس في نسيم الحرية
والانطلاق .. وقد أصبحن
أحرارا في لبس ما يشأن ،
وفقا لذوقهن ، فقط مريلة
بيضاء من التيل الحريري
الرقيق الهفواف وقت
انتظامهن في مقاعد الدرس
وعنابر النوم استحالته الى
لون من قاعات النوم في
الفنادق ، وأصبح من حق

وعنابر النوم التي لا تختلف
عن عنابر السجن ، والطعام
البسيط ، وقفل أبواب الملجأ
عليهن ، لا يخرجن منها الا
ليسرن في موكب جنازة

تزورها اليوم فلا تكاد
تفرقها عن مدرسة أجنبية
داخلية للبنات من مدارس
الراهبات أو البعثات
العلمانية .. كانت منذ
بضعة أشهر لا تفرق عن
سجن على الاسوار ، اسمه
« ملجأ المنصورة الخيرية
للبنات » يديره مجلس
المديرية ، وتعيش بناته بين
جدرانه لا يتصلن بالدنيا
من حولهن بسبب ،
ويجترون في نفوسهن
شعور الذل والهوان بأنهن
يتيمات معدومات الأهل
والنصير .. فهذا الرداء
الموحد من الدامور أو التيل
الحشن الذي يرتدينه ،

ان يد ابنة مصر ..
بنت النيل .. الحانية
الرفيقة ، ترى دنيا الخير في
المنصورة في صمت وهدوء
دون ضجة أو دعاية ..

وعندما توجهت عدسة
بنت النيل الى أول معاقل
الخير هناك « مؤسسة تربية
البنات » عارضت مديرة
للمؤسسة « الأتيسة سنية
مقلد » في تسجيل جولة في
مؤسستها لجلتنا باعتبارها
دعاية تنكرها .. ولما
أقنعناها بأن ما دفع بنا اليها
هو الرغبة في ضرب المثل
ليعم النظام الذي انفردت به
المؤسسة وافقت ..
ان هذه المؤسسة التي



منظر خارجي للمؤسسة وجانب من الحديقة الملحقة بها ، وقد انطلقت الفتيات يلعبن في مرج وسرور .



التمرينات الرياضية من البرامج اليومية لفتيات المؤسسة .

البنات وقد استبدل اسمهن من «يتيمات» الى «ضيقات» .. أصبح من حقهن أن يدرن أمور حياتهن بأنفسهن بواسطة مجلس ادارة يتألف منهن .. وأصبح من حقهن أن يخترن ألوان الطعام التي يأكلنها كل يوم وان يدخلن المطبخ يشاركن الطهارة والطاهيات فى اعداد هذه الالوان وفق مزاجهن . وجدت واحدة منهن واقفة عند باب المطبخ تنقى حبات الارز فى وعاء فى يدها فسألتها :

- ماذا تفعلين ؟

فأجابت :

- بأحضر الارز علشان أحشى ورق عنب حسب وصفة سمعتها من الراديو . وأعجب ما رأيت لون فريد من الفنون ابتكرته ضيفات المؤسسة .. نوحات جميلة مرسومة بخيوط من الصوف وقصاصات من الاقمشة ، وكلها مخلفات مما تلقىه ربات البيوت فى « الزبالة » .. ورأيت فى هذه اللوحات فنا جميلا ينبض بالحياة والروعة ..

وفى قاعات الدرس رأيت الضيفات يتابعن مجرى أمور بلدن السياسية والاقتصادية ساعة بساعة ففى كل فصل من الفصول كان موضوع الدرس قناة السويس ورأيت احدى الفتيات يذهب بها حماسها الوطنى لقضية القناة الى حد أن تقول :

لو اعتدى علينا الاعداء مرة ثانية المرة دى ح نسد

القناة بأجسامنا قبل ما يسدوها هم بقنا بلهم وطياراتهم زى ما عملوا المرة الى فاتت ..

وفى فصل آخر كان الدرس عن السد العالى ، ووقفت احدى الفتيات تشرح المشروع وتقول ، بأسلوب لم أكن أتوقعه ، ممن فى سنها :

- احنا عملنا من

استقلالنا أعلى سد سياسى فى العالم ، ودلوقت ح نعمل بالسد العالى أعلى سد مائى فى العالم .

وسألتها :

- من أين جئت بهذا الكلام ؟

فأجابت :

- من عندى ، كتبته يوم الخميس الى فات فى موضوع

الانشاء ، وأخذت عليه عشرة على عشرة ..

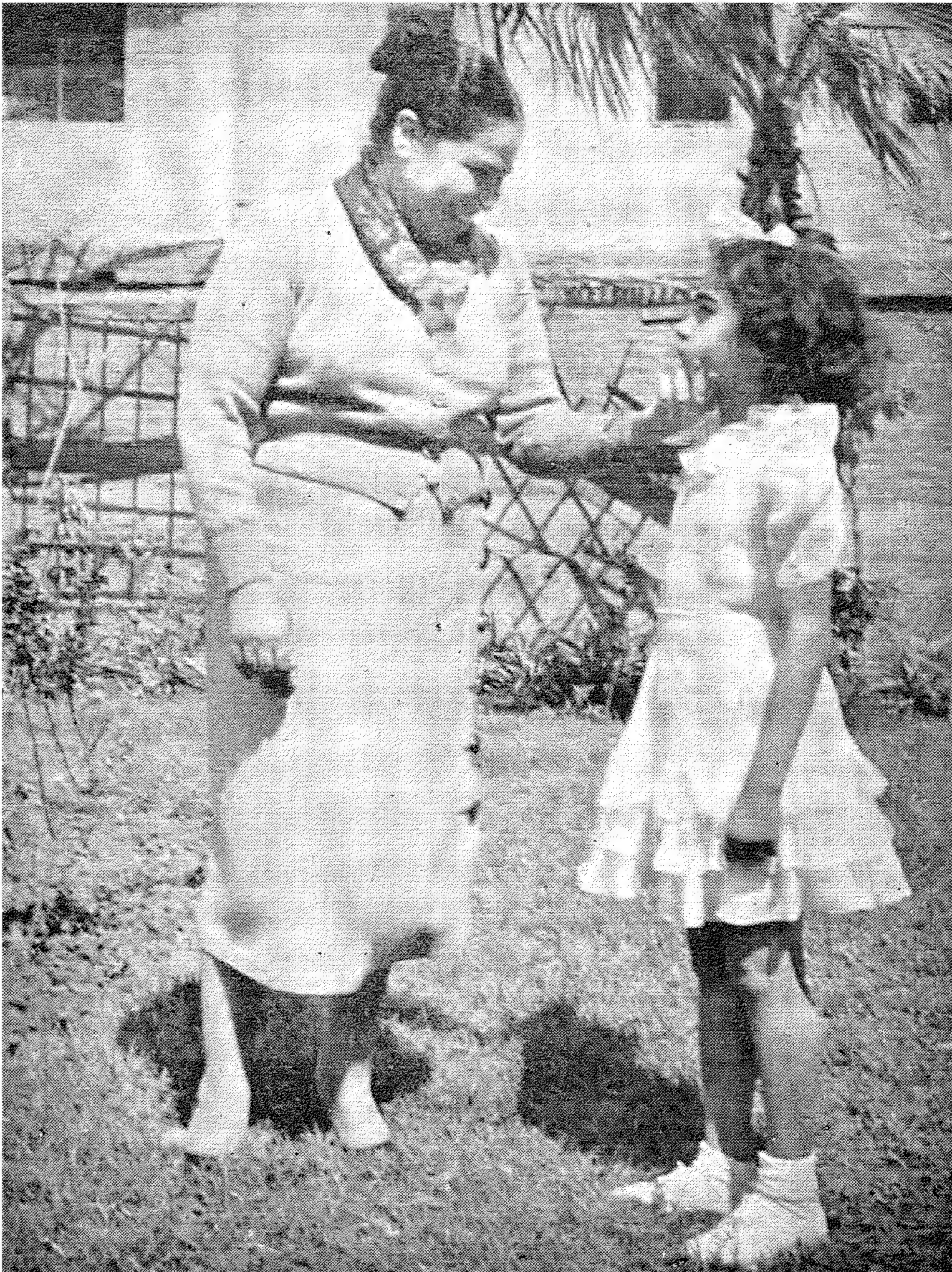
وفى فصل آخر كانت هناك حصة رسم ، ورأيت فتاة ترسم نسرا وترسل له ضفائر شعر خلف رأسه فسألتها :

- ايه ده ؟

- نسر ..

- وليه عاملة له ضفائر؟

- علشان ده مصر ..



وتجلس البنات الى موائد طعام كاملة الادوات والاستعداد كما لو كن في بيوتهن ، بيوت عالية المستوى ، ويتناولن وجبات شهية كاملة . وبعد الظهر لهن حق التريض ، ومطلق الحرية في زيارة أهلهن ، أو الذهاب الى السينما والحدائق العامة بمصاحبة ملاحظتهن اللواتي يسرن معهن كما لو كن اخواتهن الكبيرات .

والتقيت في المؤسسة بالدكتور اميل فوقى طبيب المؤسسة فقال لي :

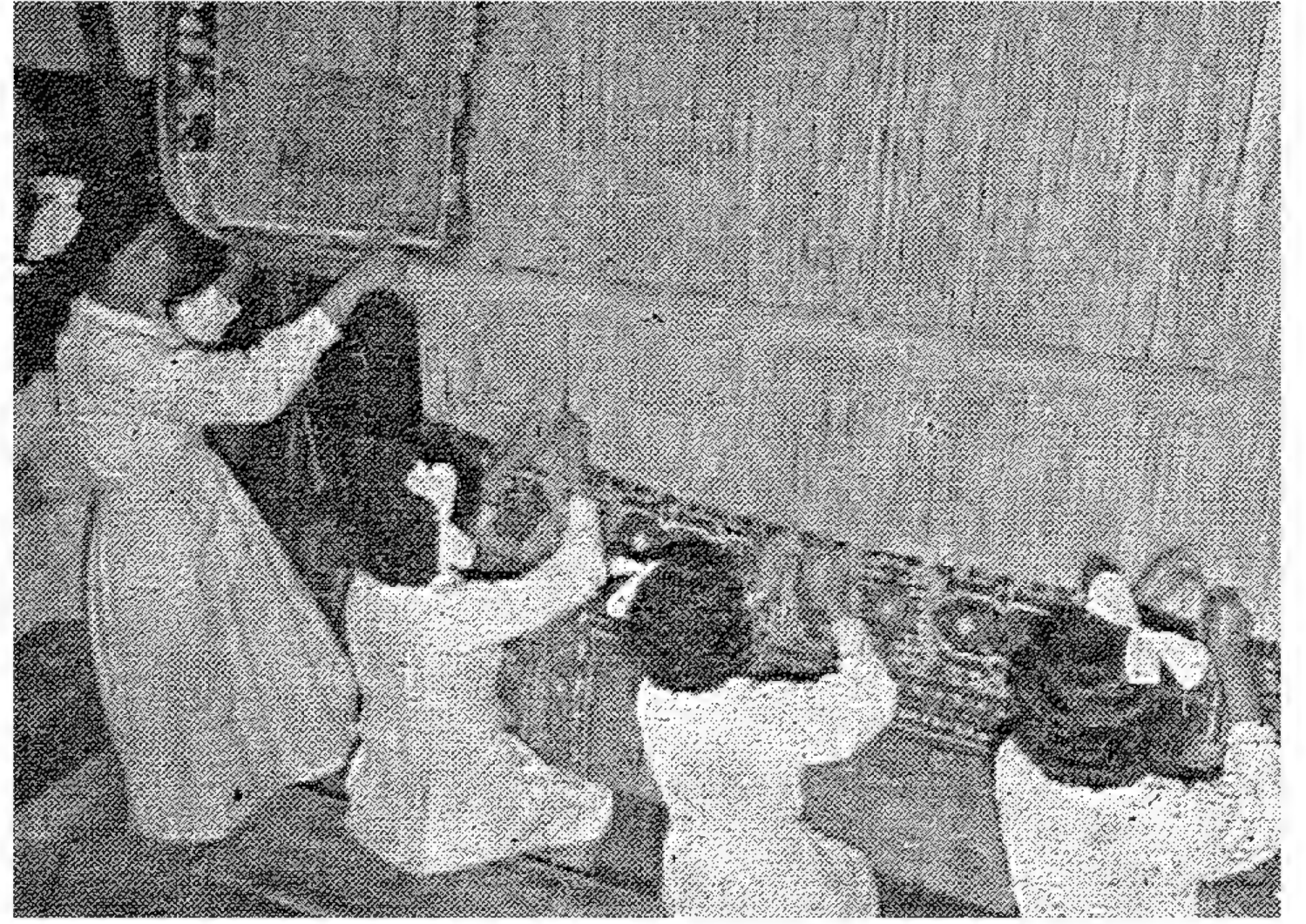
— لم أجد أصح من بنية هؤلاء الفتيات ، ولعل في نظام حياتهن وتوفير وسائل راحتهن بعض الفضل فيما يبدون فيه من صحة . . ولكنني أعتقد أن أعظم الفضل يرجع الى جو الحرية والانطلاق الذي أصبحن يعشن فيه بعد أن تحرر « الملجأ » وأصبح « مؤسسة » ولا شك أن الطير الطليق من

أبلة قالت لنا نرسم مصر .
— وليه مارسمتيش مصر واحدة ست حلوة زى العادة . .

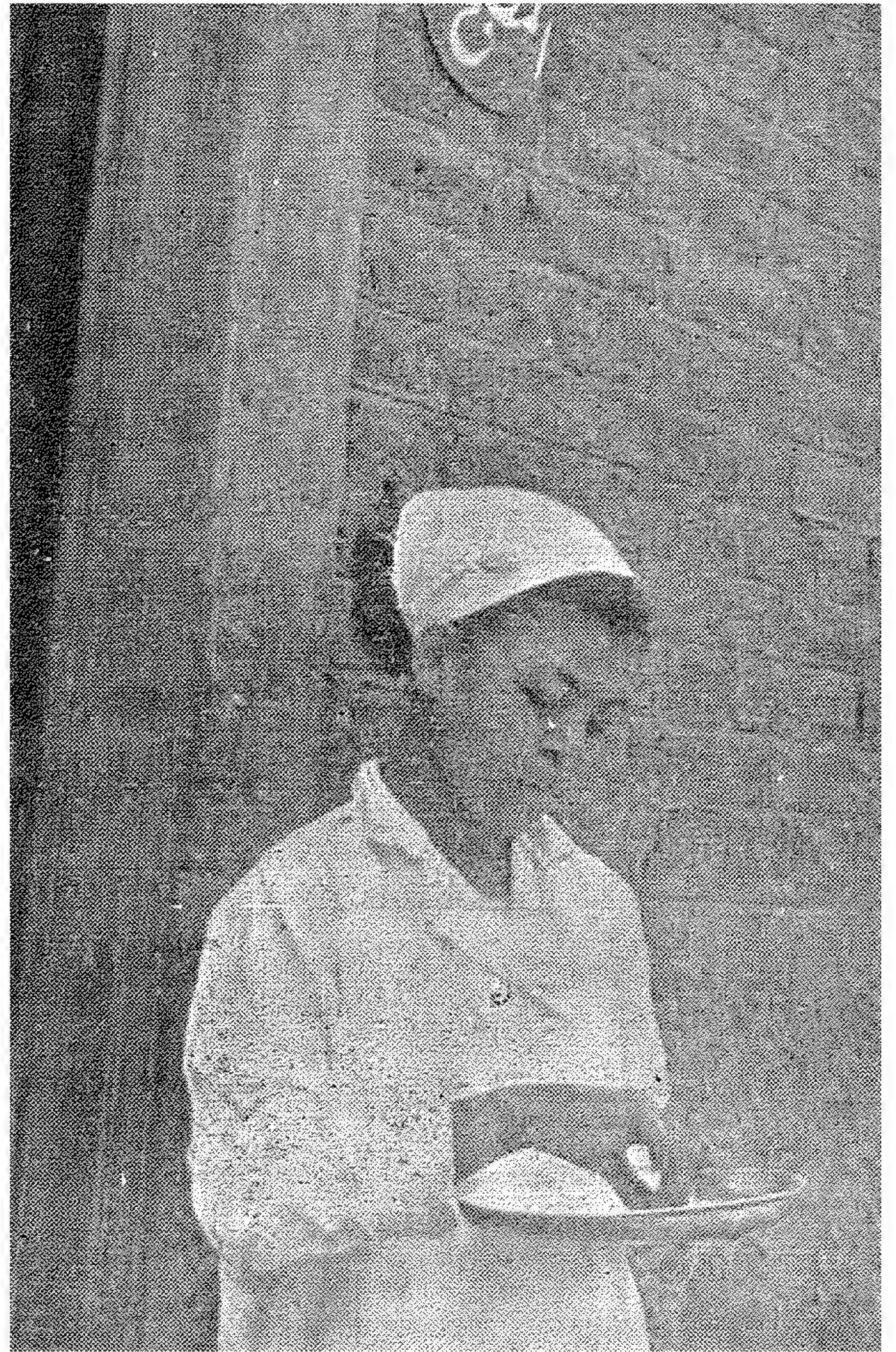
— لا . . ده كان زمان دلوقت مصر بقت نسر .
وأفهمتها ألا ضرورة للضفائر ، ولا يستدعى رمز مصر أن يكون مؤنثا .

ومؤسسة تربية البنات بالمنصورة تضم ١٠٠ فتاة ، بين ست سنوات وثمانية عشر عاما ، وهن كلهن من الفقراء ، ويفضل في ضيوف المؤسسة يتيمات الابوين ، ثم يتيمات الاب ، ثم يتيمات الام . . ويقبلن ما بين سن ٦ و ١٠ سنوات .

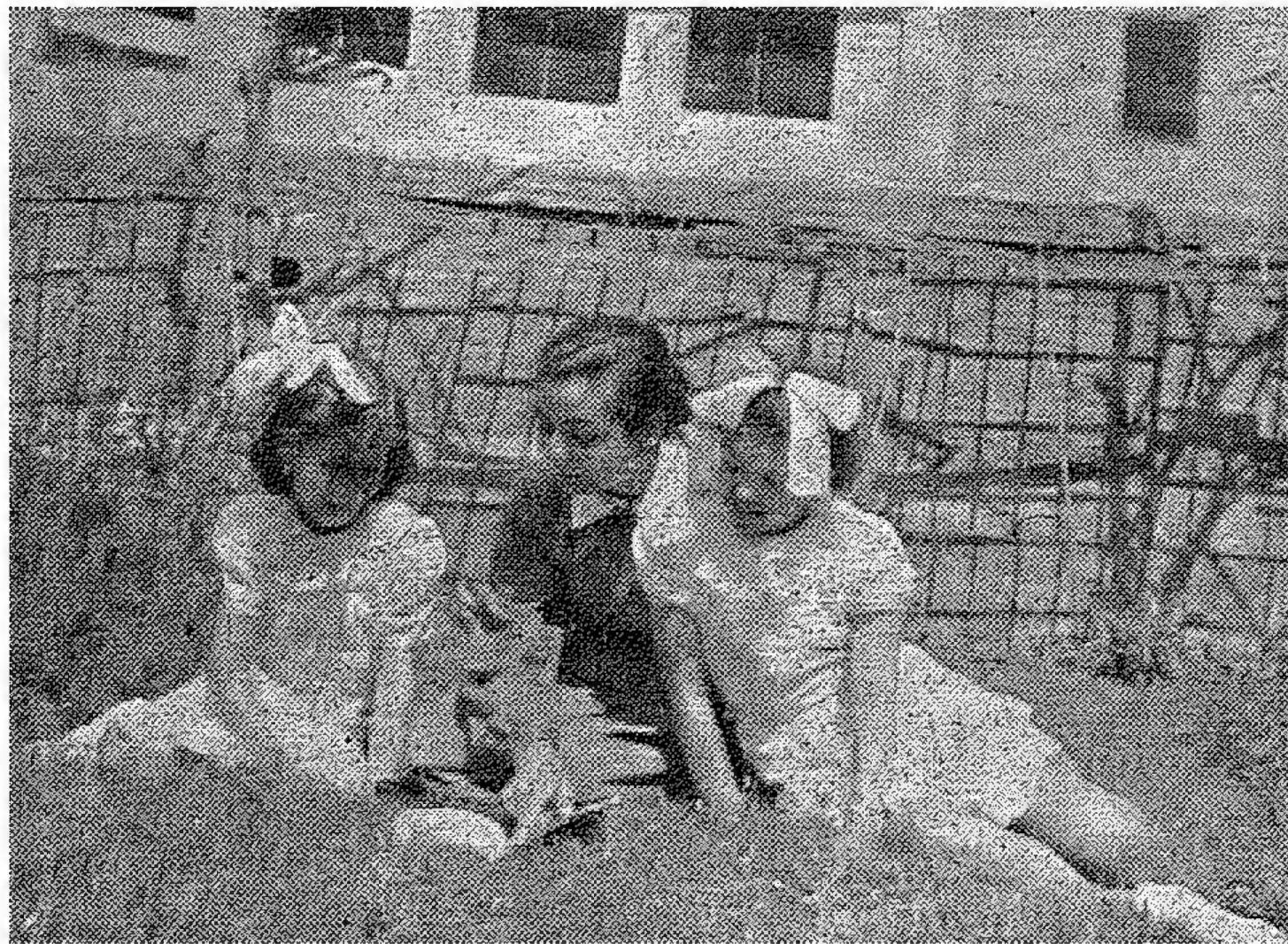
ويقضين اليوم ما بين دراسة تشمل مرحلتى الدراسة الاولى والدراسة الاعدادية . . ويتدربن عمليا على التدبير المنزلى ، وصنع السجاد والتفصيل ، والتريكو والرقص التوقيعى والموسيقى . .



تتدرّب الفتيات على بعض الصناعات التي تتفق وطبيعتهن . . وهذا درس عمل في صناعة السجاد



انهن يعتبرن المؤسسة بيتا لهن يتعاون فيه كاسرة واحدة . . وهله الفتاة تنقى جبات الارز استعدادا لأكلة طيبة



ليس أجمل على النفس من الانطلاق في الاجواء الفسيحة خارج الجدران وهاتان الطفلتان تذاكران دروسهما في حرية تامة .



كلها مصنوعات دبجتها اناملهن الرقيقة ، فخرجت غاية في الاتقان والابداع .



زهرة جميلة وسط الزهور .. انها تتمتع بمباهج الحياة ، بعد ان هزمت عطف الاب وحنان الام .

انتفت خلا قلبه من معنى التعاطف والرحمة ، وبذا ينقم على المجتمع ، ويعيش كالسائمة بلا هدف ، ولا يعنيه أن يتصفى بالشر والاثم .

حقيقة أن المعاملة التي تلقاها هؤلاء النزليات ، قد تسد بعض النقص ، وتعوض ما حرمن منه من عطف وحنان .. ولكن هذه المعاملة ليست كل شيء . فالواجب يحتم على أفراد الاسرة التي يضمها الوطن الكبير أن يشاركوهن آلامهن وأفراحهن وليس أقدر من المرأة على تهيئة الجو العائلي لهن .. ويكون ذلك بزيارتهم في أوقات متقاربة وتنظيم حفلات السمر الخفيفة وحبذا لو اصطحبت الامهات معهن أطفالهن ، على أن يحمل كل طفل هدية يقدمها لطفلة من أطفال المؤسسة . وبذا تكون النزليات على اتصال دائم بالمجتمع ، فيندمجن فيه ، ويشعرن بحب وصدقة الاسرة الكبيرة

محبسسه في القفص يكون أوفر صحة وأهنأ حالا منه وهو حبيس .

والمهم أن الضيفة تخرج من المؤسسة مزودة بسلاح كامل من العلم والثقافة ، وتجد عملا ينتظرها ويكفل لها الحياة الرغدة الكريمة . ان « بنت النيل » تهدف بهذه الزيارة لمؤسسة تربية البنات بالمنصورة أن تضرب المثل ، وتطالب بالقدوة ، لاننا اليوم في عصر يستنكر فيه أن يعيش بعض بناتنا أو أبنائنا بين جدران سجن لا يترفقون بنزلاته ونزلائه الا بالمغالطة بتسميته « ملجأ » ..

بقيت لنا كلمة أخيرة .. هي أن نزليات هذه المؤسسة وغيرها من المؤسسات الاجتماعية ، يفتقدن حنان الام وعطف الأب .. هذه العواطف لا غنى عنها لكل انسان ، فتربطه بالمجتمع الذي يعيش فيه وتجعله يحس بأحاسيسه ، فاذا



للمدرسة تلقى بتعليماتها على تلميذاتها الصغيرات ... وهن يصفن اليها في طاعة وهنوء .

فتاة وحلم

ترجمة الاميرالاي

عبد الفتاح ابراهيم

بعض الوقت بعملى .. وفى
تمام الحادية عشرة جاء الخادم
ليخبرنى بقدوم اول الفتيات
وقلت - كيف هى ؟ أمل
أن لا تكون حمراء الشعر -
وعلت شفتى الخادم
ابتسامة باهتة وهو يقول :
- لا انها شقراء ولكن لها

وجه جواد

- اذن اسحبها الى هنا .
وعندما دخلت الفتاة

أدركت ان الخادم لم يكن
عادلا فى وصفه الى حدما فان
مس مافيل كانت ذات وجه
طويل نحيف بأسنان بارزة
ولكنها فى جملتها كانت تعتبر
وسطا فى الجمال .

وقلت هل تجلسين . .
سأحدثك عن ساعات العمل
وعن الاجر الذى ندفعه
للكاتبة ثم بعد هذا أملت
عليك رسالة لنرى كيف
تعددين .

وقالت بسرعة : كيف أعدو
واستجمعت أفكارى
بسرعة وانا أقول :

- هل قلت هذا ؟ آسف
أقصد كيف تسرعين فى
الكتابة .

وحدثتها عن ساعات
العمل وعن الاجر وقد وافقت
بسرعة ، واخرجت كراسيتها
الصغيرة استعدادا للاملاء ،
وكنت قد بدأت أفكر فى انه
من الصعب أن تكون مسرما
فيل زميلة لى فى المكتب ،
فسأطل انظر اليها وكأننى
أنظر الى جواد فى حلبة
السباق ، ورحت أملت عليها
رسالة طويلة . . وتعمدت

أن أملت كلمات كثيرة معقدة
الهجاء وكننت أملت بسرعة حتى
يغيب عليها الكثير مما أقول

الى مكتبى كان من الضروري
أن تعود كلمات مورين الى
ذاكرتى فقد وجدت رئيسى
يتأهب للخروج ودون ان
ينتظر أن يسمع منى تقريرى
عما قرأته فى الصحف قال
لى وهو يترك مقعده :

- سأظل طول النهار
خارج المكتب ولهذا أرجو ان
تقابل كل الفتيات اللاتى
سيحضرن اليوم اجابة للاعلان
الذى نشرناه نطلب كاتبة
على الالة ، ولاحظ ان الكاتبات
المجيدات من النادر أن يتقدمن
لهذه الاعلانات ولهذا ، فانى
أترك لك حق استخدام من
تجدها صالحة . . ولتبدأ
عملها حالا .

وذكرت أن الاعلان قد
حدد فعلا الموعد بين الحادية
عشرة والواحدة ، وقد شغلت

انك تركت لى رسالة على
المنضدة الكبيرة فى البهو
ورحلت معها لتركبا البحر
سويا الى جزر الهند الغربية
ولم يغب عن نظرى مافى
عينيتها من اتهام واضح
وكانها لا تجدنى بحلم رآته
فى نومها . . بل كأنها تقيم
اتهاما يستند الى أدلة قوية
فى يدها . . وقلت باسمها
- وهل ترين اننى احتمل
اللوم لما ترينه فى أحلامك؟
بلا شك لا . . ثم اننى أوكد
لك بأنه ليست فى حياتى على
الاقل فى الوقت الحاضر
فتاة لها شعر احمر .

وشأركتنى مورين
ابتساماتى . . وعندما تركت
المنزل متجها الى عملى كنت
قد نسيت حديث مورين
تماما ، ولكن عندما وصلت

كنت لا أزال أتناول طعام
الافطار وانا أقلب بسرعة
صفحات صحف الصباح ولم
يكن هناك ما يسترعى الانتباه
فى أنباء الصفحة الاولى الا
اننى كنت كالعادة أحاول
أن أصل ما وراء السطور وهى
عادة قد اكتسبتها منذ أن
تزوجت (مورين) فقد كان
هذا يجعلنى أتناول افطارى
فى هدوء ، وفجأة قطعت على
مورين تفكيرى المصطنع وهى
تقول :

- لقد رأيت حلما عجيبا
ليلة امس . . وعندما رفعت
عينى الى وجهها لأستشف
ما وراء كلماتها تابعت حديثها
فى هدوء . . والعجيب هو ان
الحلم يربط بينك وبين فتاة
حسنة حمراء الشعر ، وقد
رأيتك تتصل بها وثيقا حتى

ولكن عندما انتهيت وضعت
هي كراستها الصغيرة الى
جوار الالة الكاتبة وراحت
تمر عليها بأصابعها بسرعة
مخيفة... وفي لحظات كانت
قد انتهت من الرسالة
الطويلة دون أى جهد كما
يفعل أى جواد من الجياد
التي تربح سباق الدربى ،
ولم أجد فى الرسالة أى
خطأ ... ومع هذا فقد قلت
بسرعة .

- الواقع ان هذا جميل ،
وأظن انك تستطيعين المرور
بعد ساعة حتى أكون قد
انتهيت من مقابلة باقى
الفتيات فمن العدالة ان افسح
الفرص امام كل من تتقدم
للاختبار ... وسأستطيع
عندما تعودين ان اخبرك ما
اذا كنت ستعملين معى أم لا

وتركت الغرفة بسرعة
كما دخلتها ... وطلبت من
الخادم أن يحضر الفتاة
الثانية التي كانت قد وصلت
ومس ما فيل تخط رسالتها
على أنها لم تكد تدخل الغرفة
حتى شعرت بقلبي يخفق
بسرعة ، فقد كانت طويلة
القامة حسناء والاكثر من هذا
انها كانت حمراء الشعر .

وادركت بسرعة ماذا يمكن
أن يحدث لو عملت هذه
الحسنة الحمراء الشعر معى
فان مورين ستعرف بذلك
ولا شك ... وستعود من
جديد الى القصة التي رأتها
فى الحلم ولن أعرف الراحة
اطلاقا ... وقلت بسرعة :
- كم انا آسف لانك
وصلت متأخرة فقد اتفقت

مع الفتاة التي رأيتها تخرج
الان ... وستعود بعد ساعة
لتسلم عليها .
وابتسمت الحسنة
ابتسامة أشبه بأشعة
الشمس فى يوم مليء بالغيوم
وقالت فى صوت موسيقى
أخاذ :

- ان هذا لا يضايقنى ،
فلدى عدة طلبات أخرى ولن
يصعب على أن أجد مكانا
ما شكرا لك .
وعندما دارت على عقبيها
أدركت أنني بسبب حلم
مورين قد فقدت أحسن
فرصة عرضت لى فى حياتى
وفى المساء عندما عدت الى
منزلى حدثت مورين بكل ما
حدث وعن هذه الصدفة
الغريبة فى أن ترى فى حلمها

ليلة أمس فتاة حسنة حمراء
الشعر ... وأن تحضر حسنة
حمراء الشعر الى مكتبى للعمل
فى الصباح التالى .
وقهقهت مورين طويلا
حتى تساقطت العبرات من
عينها وهي تقول :

- الحقيقة اننى لم أحلم
بشيء ، ان هذه الحسنة تقيم
فى هذه المنطقة ، وقد رأيت
الاعلان فى الصحيفة ، ولما
كانت تعرف انك تقيم هنا
فقد جاءت لزيارتى لتسألنى
عن العمل وعن الاجر ، ولم
أستطع أن احتمل عملها الى
بسوارك ثمانى ساعات كل
يوم ولهذا اخترعت قصة
الحلم هذه . لان الفتاة فى
الواقع أجمل من ان يقاوم
اغراءها رجل مثلك .



مرات ٨ غرز كل صفين ٠٠ الخ ٠٠

الظهر : مثل الامام . ولكن بدون ديكولتيه ، أي اشتغلي دغري بين التقليلة الخامسة والتقليلة السابعة المنقطة لتقوية الظهر .

الاستك : ركبي ١٠٠ غرزة على الابر رقم ٣ واشتغلي ١٤ صفا غرزة استك ١/١ ثم توقفي ٠٠ اشتغلي بانددة أخرى من غرزة الاستك ماثلة . ان هاتين الباندتين معدتان لأسفل البول أوفر .

ولدوائر تقويرات الكم ، ركبي ١٠٦ غرز . اشتغليها بغرزة الاستك ١/١ ستة صفوف وأوقفيها . اشتغلي بانددة أخرى ماثلة .

وللديكولتيه ركبي ١٧٠ غرزة واشتغلي بغرزة الاستك ١/١ مع التنقيص من كل جهة ٣ مرات غرزتين كل صفين لرأس منتصف الامام أوقفي الغرز .

التركيب : اكوي بالحرقة المبلولة الجوسيه بالعدل بما أنه سيكون ظهر البول أوفر اعملي خياطات الجوانب والكفتين ، خيطي باندات الاستك بخياطة غير ظاهرة في أسفل الظهر وأسفل الامام . خيطي أيضا بغرزة غير ظاهرة الباندات حول فتحات الأكمام . اعملي خباطة رأس منتصف الامام ببانددة فتحة الرقبة وخيطيها بغرزة غير ظاهرة حول فتحة الرقبة .

الرمادي . وعند الصف التاسع اشتغلي غرزة بالقلوب بيضاء ، غرزة بالقلوب رمادية الخ ٠٠ مع عكس الغرز الرمادية بالنسبة للصف السابق ومع تفويت أمام الابر الحيط الابيض تحت الحيط الرمادي اشتغلي من جديد صفوف جرسية بالحيط الرمادي وأعيدي هذين الصفيين المنقطين وهكذا ٠٠ اقطعي الصفوف الاحمر والصفوف الابيض في نهاية الصفوف .

العينة :

٢٠ غرزة = ٧٥ سم

٢٠ صفا = ٧٥ سم

التنفيذ :

أمام : يشتغل في اتجاه العرض . ركبي ٤٠ غرزة على الابر ٣٥ ملليمترات ، وابتدئي بالسبعة صفوف الجرسية الرمادي . اشتغلي ٤ صفوف دغري ثم زودي الى اليسار ثلاث مرات غرزة واحدة ومرة ٢٨ غرزة كل صفين لحدة الكم ثم للكتف زوي الى اليسار دائما ٥ مرات غرزة واحدة كل ١٥ سم .

وعند بدء التقليلة الخامسة المنقطة انقصي الى اليسار للديكولتيه ٥ مرات ٨ غرز كل صفين .

اشتغلي حينئذ التقليلة السادسة المنقطة التي هي في منتصف الامام واشتغلي النصف الآخر في الاتجاه العكسي أي انقصي بدلا من أن تزودي والعكس زودي الى اليسار لفتحة الرقبة ٥



بلوزة بروت أكمام

الصف الثامن على العدل ، اشتغلي غرزة عادية وغرزة حمراء بالعدل الخ ٠٠ مع تمرير الحيوط الصوفية خلف الابر ، ويجب أن يمر الحيط الاحمر تحت الحيط

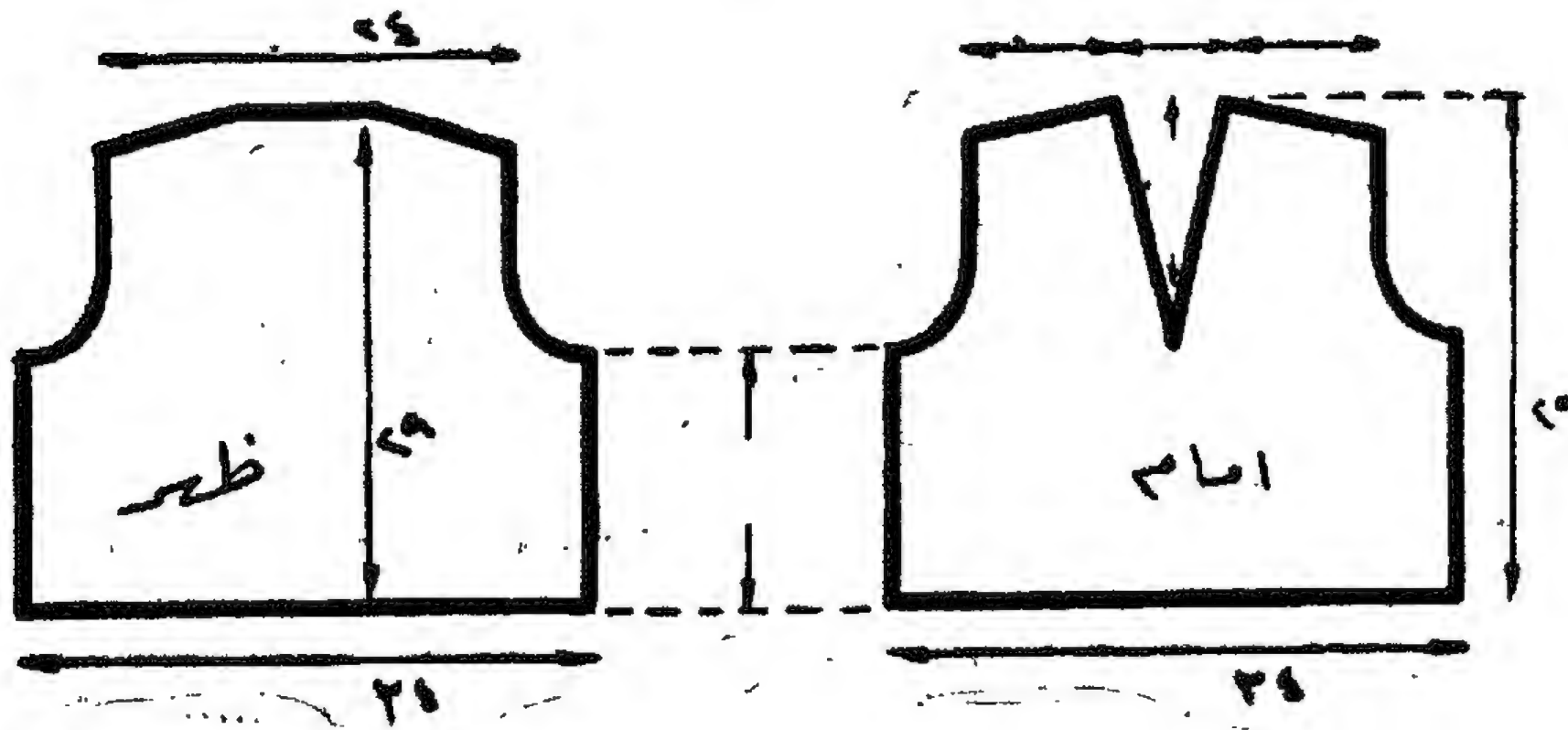
كميات الصوف المستعملة ، ونوعه :

٩٠ جرام رمادي فاتح ، ٥ جرام قرمزي ، ٥ جرام أبيض . ابر ٣٥ ملليمتر و ٣ ملليمتر .

الغرزة المستعملة :

الغرزة المستعملة :

الاستك ١/١ ، ابرة ٣ ملليمترات : غرزة بالعدل ، وغرزة بالقلوب . ابرة ٣٥ ملليمترات : تقليمات منقطة : اشتغلي ٧ صفوف من الجرسية (صف بالعدل وصف بالقلوب) مبتدئة بالصف العدل . وعند





سيرة بنت النيل ..

ويستحسن أن يكون الفستان في هذه الحالة قصيرا حتى لا يكلف كثيرا ويستعمل فيما بعد للخروج في المساء فإذا كان طويلا أمكن قصه بعد حفلة الزفاف

مشاركة بشبرا اوسيم :
القماش الأبيض المنقوش بالازرق والاخضر يصلح لفستان تواليت والابيض الآخر يصلح لروب أما الوردى فالقطعة التي أرسلتها صغيرة جدا ولكني أعتقد أنها تصلح لقميص نوم

ن.ز.ع. :
ان هذه الحالة لاتمنع الصيام .
فهى لا تمنع الصلاة الا لانها تبطل الوضوء . ومع ذلك فانت تستطيعين الصلاة اذا عملت غسيل قبل كل صلاة ثم قمت بتخفيف الموضع جيدا وتغيير ملابسك الداخلية

رؤه بالنيل :

نصحك بالقيام ببعض التمرينات الرياضية للصدر وعمل تدليك مرة أو مرتين في الاسبوع .
فيرف بطرابلس :
لايمكننا نصحك بشئ قبل معرفة طبيعة شعرك .

بريد عام

مشاركة ج. :
تريد اختيار قماش لفستان زفاف قليل التكاليف يصلح للاستعمال فيما بعد

يمكنك عمل الفستان من الساتان دوشيش ويوجد منه بأسعار مناسبة جدا على أن تحويه الى روب منزلي فيما بعد . كما تستطيعين أن تستعملى التافتاء أو النايلون الابيض

قارئة لم تذكر :

تشكو من ورم حول العينين والشفاه يزداد عند السهر بسبب المذاكرة وعند الاستيقاظ من النوم تتسبب هذه الاعراض عن تعب في الكلى غالبا كما يسبب الكبد أحيانا هذه الاعراض لذلك يجب أن تعمل تحليلا كاملا للبول للتأكد من إصابة الكلى فان كانت سليمة وجب فحص الكبد بواسطة طبيب باطنى

بريد الجمالك

عايدة بالفشن :
تزيل شعر ساقها بالطريقة الشرقية فلا يظهر ثنية للخارج فوق الجلد وانما ينثنى داخل المسام .

كثرة استعمال الحلاوة هي السبب في ذلك . العلاج ضعى ملعقة كبيرة بوراكس في لتر ماء فاتر وضعى منه على المواضع التى تشكين منها ثم جففى ساقيك وضعى مرهم زنك استعملى هذا العلاج ٣ مرات في الاسبوع .

بهجة م . بالفيوم :
فى الرابعة عشرة وتشكو من تأثير الضوء على عينيها وصداع كما تريد علاجاً للشعر الخشن وعلاجاً لفرد الشعر المموج كذلك تشكو من حبوب بوجهها تترك آثاراً سوداء ١ - اعرضى نفسك على طبيب عيون لاستشارته .

٢ - اغسلى شعرك بشامبو يوميا على شعرك كريم « دوبال » مرتين في الاسبوع ، ضعى لمدة شهر يزداد شعرك نعومة ويظهر مفرودا .

٣ - لازالة الحبوب التى بوجهك ضعى مرهم ساكنيل يوميا ولمدة شهر .

اميرة بالشرابية :
أفضل أن تعرضى حالتك على أحد الحلاقين ليرى طبيعة شعرك قبل اختيار الصبغة التى تلائمك ، ولتعلمك كيفية وضع الصبغة .

فايقة بالقاهرة :
لازالة التجاعيد نصحك باستعمال كريم « أنتى ريد » أو كريم « بيرفكش » .

بريد أطباء

هدى الخاترة :

تشكو من استمرار الحيض من ٧-٨ أيام كما تشكو من سمنة مفرطة ان بقاء الحيض هذه المدة أمر طبيعى عند بعض السيدات ويمكنك استعمال محلول مطهر لعمل غسيل لما تشكين منه قبل الحيض وبعده . أما سمنتك فهى غير طبيعية وقد يكون سببها خللا فى الغدد لذلك يجب أن تعرضى نفسك على طبيب اختصاصى فى الغدد ليشرح لك المرض ويشرف على العلاج

احمد .ع. نعمان :

لى شقيق فى الحادية عشرة من عمره ظهر له شعر فى الذقن والشنب السبب اضطراب فى الغدد فأعرضه على طبيب اختصاصى

ه.ا.زكى :

تشكو من بقع حمراء فى كعب الرجل شتاء تشبه الدم المحبوس وفى الصيف تشكو من قشرناشف تصعب ازالته من الكعب وجانب الرجل وبطن الاصابع البقع الحمراء تدل على اضطراب فى الدورة الدموية وتنفع فى علاجه مركبات اليود ولكن يحسن ألا تؤخذ الا بأمر من طبيب باطنى بعد الكشف على المريضة . أما القشر فهناك محلات خاصة لازالته مثل محل باتا كما يمكنك استعمال حجر الحمام يوميا

ن.ز.ع. :

استشيرى طبيب أمراض نساء

قارئة مشاركة :

تشكو حبوب حمراء بالوجه وخاصة بالانف . لم ينفع معها العلاج وأشار عليها الطبيب بعمل كهرباء . وهى تريد اسم طبيب اختصاصى

ان أطباء الاشعة والكهرباء كثيرون بالقاهرة ويستطيع طبيبك المعالج أن يرشدك الى اسم أحدهم وعنوانه



رفقا بفتيات الجامعات

كثرت الاقاويل في هذه الايام حول الفتيات الجامعيات ، وترددت أكثر من شائعة حول مواضيع معينة وصلت بها الى حد التهجم السافر على صفحات الصحف .. ومن الاسف أن هذا الهجوم - ولا أقول النقد - كان مصدوره بعض كبار الصحفيين مما أثار كثيرا من الدهشة وكثيرا من التعليقات ..

فقد كتب أحد الصحفيين ينعي على بنات الجامعة سوء تصرفهن في شهر رمضان المبارك ، وأخذ يسرد كلاما يفهم منه أن بنات الجامعة لا يكتفين بالافطار ، وإنما يلبسن ملابس لا تتفق وحرمة الشهر الكريم ويأتين أفعالا وتصرفات مشينة تعيب الجامعة وتحط من قدسية العلم .. وكتب آخر يحض على عدم الزواج من بنات الجامعة ، لانهن كيت .. وكيت .. وكيت .. ولا أستطيع أن أردد مازعمة الاستاذ الفاضل !

وكان الاولى بهذا الصحفي وذاك أن يعالجا غير ذلك من المشاكل الحسوية التي تهم الجامعيين في مجموعهم ، لا أن يصرفوا الاذهان الى موضوعات تمس فتيات الجامعة ، وبالتالي تمس آباءهن وأسرهن .. وكأنه لا يوجد من المشاكل غير أخلاق فتيات الجامعة .. أقول - اذا كان لابد من تناول موضوع المرأة



نحو جامعة أفضل

ان كثيرا من نتائج الامتحانات لم تعلن بعد .. وقد لا يكون هناك ضرر كبير في ذلك بالنسبة لطلبة السنوات الاولى والثانية والثالثة .. وسيقع الضرر كله على طلبة السنوات النهائية الذين تخلفوا لرسوبهم في مادة أو مادتين .. انهم لا يستطيعون الآن الالتحاق بأي عمل بل عليهم الانتظار حتى تظهر النتيجة .. انني اعتقد أن انتظارهم قد طال فقد مر على الامتحان الآن أكثر من شهرين ولم تحدد الكليات مصيرهم .. ان الكتابة في هذا الموضوع الآن قد لا تفيد بالنسبة للفصل الدراسي الماضي ولكن قد يكون فيها لفت نظر للمسؤولين في الجامعات حتى لا يتكرر ذلك في المستقبل .. سمير عبد القادر

أسرار الجامعات

بعد العيد مباشرة وتستغرق الرحلة ثلاثة ايام ..

• من المنتظر أن يعقد يوم ١٦ يونيه موعدا لامتحان الفصل الدراسي الثاني بكليات الجامعات ..
• يدرس بعض اساتذة الجامعات شكاوى الطلبة والطالبات بشأن اللائحة الجديدة تمهيدا لعرضها على مجلس الجامعات قبل امتحان الفصل الدراسي الثاني ..

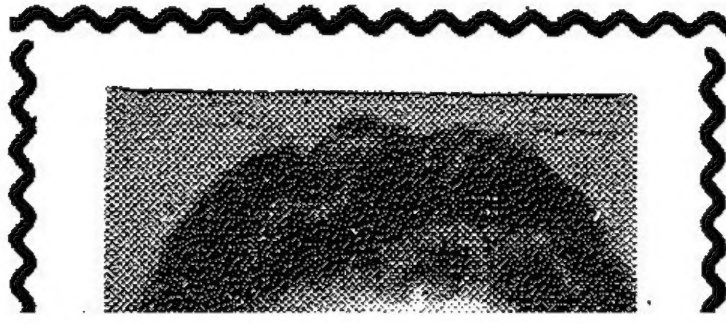
• أغلقت جميع بوفيات الجامعة خلال شهر رمضان وكان ن أسباب ذلك أن انخفضت نسبة الحضور بين الطلبة والطالبات ..
• لم يتقدم أحد حتى الآن من طلبة الجامعات للاشتراك في رحلة موسكو لحضور مؤتمرات الشباب هناك ..

• نجحت في الفصل الدراسي الاول الانسة نبيلة فؤاد الطالبة بليسانس الحقوق وتقول نبيلة أن أول عمل ستقوم به بعد نجاحها في ..

• تم تخريج الدفعة الاولى من طالبات الحرس الوطني بكلية آداب القاهرة وبلغ عددهن ٩ طالبات من بينهن ٦ طالبات كويتيات وأردنيات ..

• أعلنت جميع نتائج الامتحانات بكليات الجامعات المختلفة قبل عيد الفطر المبارك ..

• احتجت طالبات وطلبة قسم الاجتماع بكلية آداب القاهرة على إحدى مدرسات اللغة الفرنسية بالامتناع عن دخول محاضراتها لأنها قالت لهم

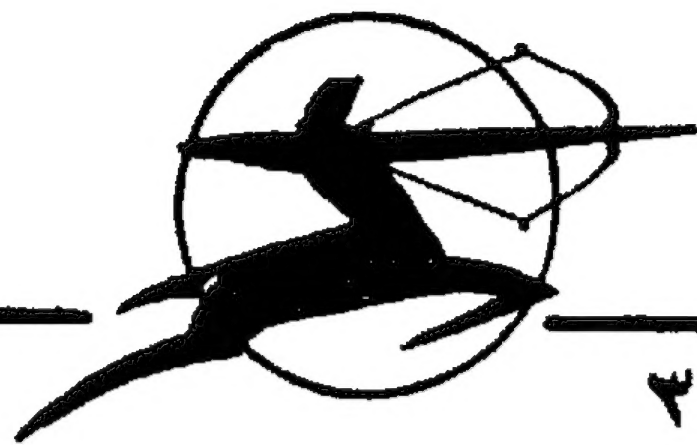


ايرانديا **AIR-INDIA**



سفر

الاحلام!



International

الاسكندرية ٥٠ شارع طوسون : ت ٢٢٦٨٧

القاهرة : ١ شارع سليمان باشا ت ٣١٨٧٣ / ٣١٨٧٧

